

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **АПЕЛЬСИН**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
АПЕЛЬСИНЫ СВЕЖИЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	121,4	85
<b>Выход: 85</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	0,77
Жиры, г	0,17
Углеводы, г	6,89
Энергетическая ценность, ккал	36,55

В1, мг	0,03
С, мг	51,00
А, мг	0,01
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,03

Са, мг	28,90
Mg, мг	11,05
Р, мг	19,55
Fe, мг	0,26
К, мг	167,45
І, мкг	1,70
F, мг	0,02
Se, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Бананы промывают, очищают от кожуры. Нарезают кусочком.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **БАНАН СВЕЖИЙ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
БАНАНЫ СВЕЖИЕ ВЕСОВЫЕ 1 КЛАСС	142,86	100
<b>Выход: 100</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	1,50
Жиры, г	0,50
Углеводы, г	21,00
Энергетическая ценность, ккал	96,00

В1, мг	0,04
С, мг	10,00
А, мг	0,03
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,05

Са, мг	8,00
Mg, мг	42,00
Р, мг	28,00
Fe, мг	0,60
К, мг	348,00
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Бананы промывают, очищают от кожуры. Нарезают кусочком.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ /Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **БАТОН НАРЕЗНОЙ.ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУКЛИЕНТАМИ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15
<b>Выход: 15</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,13
Жиры, г	0,44
Углеводы, г	7,71
Энергетическая ценность, ккал	39,30

В1, мг	0,02
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	2,85
Mg, мг	1,95
Р, мг	9,75
Fe, мг	0,15
К, мг	13,80
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15
<b>Выход: 15</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	1,13
Жиры, г	0,44
Углеводы, г	7,71
Энергетическая ценность, ккал	39,30

В1, мг	0,02
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	2,85
Mg, мг	1,95
Р, мг	9,75
Fe, мг	0,15
К, мг	13,80
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ /Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20
<b>Выход: 20</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,50
Жиры, г	0,58
Углеводы, г	10,28
Энергетическая ценность, ккал	52,40

В1, мг	0,02
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,01

Са, мг	3,80
Mg, мг	2,60
Р, мг	13,00
Fe, мг	0,20
К, мг	18,40
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № к/к

Наименование изделия: **БИОЙОГУРТ ОБОГАЩЕННЫЙ В ИНД. УПАК.**

Номер рецептуры: **к/к**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100
<b>Выход: 100</b>		

### **Химический состав данного блюда:**

Белки, г	2,80
Жиры, г	2,50
Углеводы, г	4,51
Энергетическая ценность, ккал	56,51

В1, мг	0,03
С, мг	0,70
А, мг	0,03
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,17

Са, мг	120,00
Mg, мг	14,00
Р, мг	95,00
Fe, мг	0,00
К, мг	146,00
І, мкг	0,00
F, мг	0,02
Se, мг	0,00

### **Технология приготовления:**

Биойогурт в промышленной упаковке.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 239

Наименование изделия: **БИТОЧЕК ИЗ РЫБЫ**

Номер рецептуры: **239**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ФИЛЕ ТРЕСКИ МОРОЖЕНОЕ,КАТ.А		
с 01.01 по 31.12	53,72	46,2
с 01.01 по 31.12	53,72	46,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12,6	12,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,2	18,2
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ,ВЫСШИЙ СОРТ	5,6	5,6
<b>Выход: 70</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	8,98
Жиры, г	6,05
Углеводы, г	10,47
Энергетическая ценность, ккал	132,06

В1, мг	0,06
С, мг	0,18
А, мг	0,01
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,03

Са, мг	15,73
Mg, мг	19,16
Р, мг	107,46
Fe, мг	0,80
К, мг	191,82
І, мкг	62,37
F, мг	0,26
Se, мг	0,01

### Технология приготовления:

Филе рыбы нарезают на куски, пропускают через мясорубку вместе с замоченным в воде или молоке черствым батоном, кладут соль, тщательно перемешивают и выбивают. Из рыбной котлетной массы формируют котлеты или биточки, панируют в сухарях, обжаривают с обеих сторон на противне или сковороде в течение 8-10 мин и доводят до готовности в жарочном шкафу в течение 5 мин.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 239

Наименование изделия: **БИТОЧЕК РЫБНЫЙ**

Номер рецептуры: **239**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ФИЛЕ ТРЕСКИ МОРОЖЕНОЕ,КАТ.А		
с 01.01 по 31.12	53,95	46,4
с 01.01 по 31.12	53,95	46,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	11,7	11,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,2	18,2
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7	7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ,ВЫСШИЙ СОРТ	3,3	3,3
<b>Выход: 70</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	8,94
Жиры, г	3,80
Углеводы, г	10,01
Энергетическая ценность, ккал	109,86

В1, мг	0,06
С, мг	0,18
А, мг	0,01
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,03

Са, мг	15,62
Mg, мг	19,10
Р, мг	107,23
Fe, мг	0,79
К, мг	191,67
І, мкг	62,64
F, мг	0,26
Se, мг	0,01

### Технология приготовления:

Филе рыбы нарезают на куски, пропускают через мясорубку вместе с замоченным в воде или молоке черствым батоном, кладут соль, тщательно перемешивают и выбивают. Из рыбной котлетной массы формируют котлеты или биточки, панируют в сухарях, обжаривают с обеих сторон на противне или сковороде в течение 8-10 мин и доводят до готовности в жарочном шкафу в течение 5 мин.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 76**Наименование изделия: **БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ**Номер рецептуры: **76**Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СВЕКЛА СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ		
с 01.01 по 31.08	32	24
с 01.09 по 31.12	30	24
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС	15	12
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ		
с 01.01 по 28.02	18,46	12
с 01.03 по 31.07	20	12
с 01.08 по 31.08	15	12
с 01.09 по 31.10	16	12
с 01.11 по 31.12	17,14	12
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ		
с 01.01 по 31.08	8	6
с 01.09 по 31.12	7,5	6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	7,2	6
ТОМАТНАЯ ПАСТА (ЭКСТРА)	1,8	1,8
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	3	3
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	1,8	1,8
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА ПИЩЕВАЯ	0,3	0,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10
<b>Выход: 150/10</b>		

**Химический состав данного блюда:**

Белки, г	1,31
Жиры, г	3,97
Углеводы, г	7,81
Энергетическая ценность, ккал	76,92

В1, мг	0,01
С, мг	4,77
А, мг	0,15
Д, мкг	0,05
В2, мг	0,03

Са, мг	31,51
Mg, мг	14,30
P, мг	31,36
Fe, мг	0,70
K, мг	209,49
I, мкг	4,18
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

**Технология приготовления:**

В кипящую воду закладывают нашинкованную свежую капусту, доводят до кипения, затем добавляют нарезанный брусочками картофель, варят 10-15 мин, кладут пассерованные овощи, тушеную или вареную свеклу и варят борщ до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль, сахар, лимонную кислоту. При использовании квашеной капусты ее в тушеном виде вводят в борщ вместе со свеклой. Борщ можно заправить пассерованной мукой, разведенной бульоном или водой (3 г муки на 250 г борща).

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 76

Наименование изделия: **БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ С ДОБАВЛЕНИЕМ МОРСКОЙ КАПУСТЫ**

Номер рецептуры: **76**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ№1,1СОРТ	1	1
СВЕКЛА СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ,ВЫСШИЙ СОРТ		
с 01.01 по 31.08	32	24
с 01.09 по 31.12	30	24
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС	15	12
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ РАННИЙ	15	12
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ,ВЫСШИЙ СОРТ		
с 01.01 по 31.08	6,67	5
с 01.09 по 31.12	6,25	5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ,1 КЛАСС	5,95	5
ТОМАТНАЯ ПАСТА (ЭКСТРА)	1,8	1,8
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	1,5	1,5
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	1,8	1,8
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА ПИЩЕВАЯ	0,3	0,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120
МЯСО ГОВЯДИНА Б/К(ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ)	26,67	24
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10
МОРСКАЯ КАПУСТА	3	3
<b>Выход: 150/15/10</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,64
Жиры, г	6,48
Углеводы, г	7,66
Энергетическая ценность, ккал	116,15

В1, мг	0,02
С, мг	4,73
А, мг	0,13
Д, мкг	0,02
В2, мг	0,06

Са, мг	36,86
Mg, мг	22,84
Р, мг	68,39
Fe, мг	1,67
К, мг	312,95
І, мкг	5,83
F, мг	0,02
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

В кипящую воду закладывают нашинкованную свежую капусту, доводят до кипения, затем добавляют нарезанный брусочками картофель, варят 10-15 мин, кладут пассерованные овощи, тушеную или вареную свеклу и варят борщ до готовности. За 5-10 мин до окончания варки добавляют соль, сахар, лимонную кислоту, морскую капусту, сметану. При использовании квашеной капусты ее в тушеном виде вводят в борщ вместе со свеклой. Борщ можно заправить пассерованной мукой, разведенной бульоном или водой (3 г муки на 250 г борща).

Повар

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № к/к

Наименование изделия: **БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ**

Номер рецептуры: **к/к**

Наименование сборника рецептур: **Сб. "Организация питания в ДОУ". Под ред. Лододо**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	36,7	36,7
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	10,4	10,4
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	28,3	28,3
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	2	2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ,ВЫСШИЙ СОРТ	1,7	1,7
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1КАТЕГОРИИ	0,06 шт.	2,76
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,9	0,9
<b>Выход: 50</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,10
Жиры, г	4,74
Углеводы, г	36,33
Энергетическая ценность, ккал	208,18

В1, мг	0,07
С, мг	0,15
А, мг	0,03
Д, мкг	0,09
В2, мг	0,06

Са, мг	36,72
Mg, мг	9,12
P, мг	56,59
Fe, мг	0,44
K, мг	95,87
I, мкг	3,69
F, мг	0,01
Se, мг	0,01

### Технология приготовления:

Дрожжи развести в теплом молоке, добавить 1/4 нормы муки, немного сахара, хорошо вымесить. Посуду закрыть, поставить в теплое место и дать тесту подняться в 3-4 раза по сравнению с первоначальным объемом, затем добавить в тесто оставшееся теплое молоко, сахар, яйца и остальную муку, хорошо вымесить до тех пор, пока тесто не отстанет от рук.

Готовое тесто разделить на булочки, смазать сверху яйцом, дать подняться и выпекать в духовке.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № к/к

Наименование изделия: **БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ**

Номер рецептуры: **к/к**

Наименование сборника рецептур: **Сб. "Организация питания в ДОУ". Под ред. Лододо**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	46,8	46,8
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	6	6
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	36	36
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	2,4	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ,ВЫСШИЙ СОРТ	1	1
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1КАТЕГОРИИ	0,07 шт.	3,22
ДРОЖЖИ ХЛЕБОПЕКАРНЫЕ СУШЕНЫЕ	0,9	0,9
<b>Выход: 60</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	6,43
Жиры, г	4,73
Углеводы, г	39,28
Энергетическая ценность, ккал	225,41

В1, мг	0,08
С, мг	0,19
А, мг	0,03
Д, мкг	0,11
В2, мг	0,08

Са, мг	46,38
Mg, мг	11,49
P, мг	70,72
Fe, мг	0,54
K, мг	120,02
I, мкг	4,62
F, мг	0,01
Se, мг	0,02

### Технология приготовления:

Дрожжи развести в теплом молоке, добавить 1/4 нормы муки, немного сахара, хорошо вымесить. Посуду закрыть, поставить в теплое место и дать тесту подняться в 3-4 раза по сравнению с первоначальным объемом, затем добавить в тесто оставшееся теплое молоко, сахар, яйца и остальную муку, хорошо вымесить до тех пор, пока тесто не отстанет от рук.

Готовое тесто разделить на булочки, смазать сверху яйцом, дать подняться и выпекать в духовке.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 1

Наименование изделия: **БУТЕРБРОД С МАСЛОМ**

Номер рецептуры: **1**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	5	5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20
<b>Выход: 20/5</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	1,53
Жиры, г	4,71
Углеводы, г	10,32
Энергетическая ценность, ккал	89,80

В1, мг	0,02
С, мг	0,00
А, мг	0,04
Д, мкг	0,08
В2, мг	0,02

Са, мг	4,40
Mg, мг	2,60
Р, мг	13,95
Fe, мг	0,21
К, мг	19,15
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Масло нарезают тонкими кусочками различной формы с таким расчетом, чтобы они покрыли большую часть ломтика хлеба.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 1

Наименование изделия: **БУТЕРБРОД С МАСЛОМ**

Номер рецептуры: **1**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	5	5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25
<b>Выход: 25/5</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,91
Жиры, г	4,86
Углеводы, г	12,89
Энергетическая ценность, ккал	102,90

В1, мг	0,03
С, мг	0,00
А, мг	0,04
Д, мкг	0,08
В2, мг	0,02

Са, мг	5,35
Mg, мг	3,25
Р, мг	17,20
Fe, мг	0,26
К, мг	23,75
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Масло нарезают тонкими кусочками различной формы с таким расчетом, чтобы они покрывали большую часть ломтика хлеба.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 2

Наименование изделия: **БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ**

Номер рецептуры: **2**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ПОВИДЛО	10	10
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	5	5
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25
<b>Выход: 25/10</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	1,95
Жиры, г	4,86
Углеводы, г	19,49
Энергетическая ценность, ккал	129,46

В1, мг	0,03
С, мг	0,05
А, мг	0,04
Д, мкг	0,08
В2, мг	0,02

Са, мг	6,75
Mg, мг	3,95
P, мг	18,10
Fe, мг	0,36
K, мг	36,65
I, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Хлеб намазывают маслом, а потом джемом.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 3

Наименование изделия: **БУТЕРБРОД С СЫРОМ**

Номер рецептуры: **3**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ В АССОРТИМЕНТЕ	9,1	8,6
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	2,9	2,9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16
<b>Выход: 20/10</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	3,21
Жиры, г	5,39
Углеводы, г	8,24
Энергетическая ценность, ккал	94,91

В1, мг	0,02
С, мг	0,06
А, мг	0,05
Д, мкг	0,04
В2, мг	0,03

Са, мг	79,07
Mg, мг	5,09
P, мг	53,95
Fe, мг	0,26
K, мг	22,73
I, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Ломтик хлеба намазывают маслом, а сверху кладут ломтик сыра толщиной 3-4 мм. Бутерброд можно приготовить без масла, при этом уменьшается выход готовой продукции.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	20	20
<b>Выход: 20</b>		

### **Химический состав данного блюда:**

Белки, г	0,56
Жиры, г	0,66
Углеводы, г	15,46
Энергетическая ценность, ккал	70,80

В1, мг	0,01
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,01

Са, мг	3,20
Mg, мг	2,00
Р, мг	7,20
Fe, мг	0,30
К, мг	28,00
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **ВАФЛИ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ НАЧИНКАМИ	20	20
<b>Выход: 20</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,56
Жиры, г	0,66
Углеводы, г	15,46
Энергетическая ценность, ккал	70,80

В1, мг	0,01
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,01

Са, мг	3,20
Mg, мг	2,00
Р, мг	7,20
Fe, мг	0,30
К, мг	28,00
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 52

Наименование изделия: **ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ**

Номер рецептуры: **52**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	4,05	3,4
СЕЛЬДЬ СОЛЕНАЯ СЛАБОЙ СОЛИ НЕРАЗДЕЛАННАЯ, 1 СОРТ	31,3	15
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ РАННИЙ	6	4,8
СВЕКЛА СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ		
с 01.01 по 31.08	4,53	3,4
с 01.09 по 31.12	4,25	3,4
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ		
с 01.01 по 31.08	3,07	2,3
с 01.09 по 31.12	2,88	2,3
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	3,65	3,4
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ КВАШЕНАЯ ШИНКОВАННАЯ	3,78	3,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,5	1,5
<b>Выход: 30/30</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,87
Жиры, г	2,81
Углеводы, г	1,65
Энергетическая ценность, ккал	43,62

В1, мг	0,01
С, мг	2,10
А, мг	0,05
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,02

Са, мг	18,07
Мg, мг	9,95
Р, мг	49,32
Fe, мг	0,36
К, мг	94,84
І, мкг	0,80
F, мг	0,06
Se, мг	0,01

### Технология приготовления:

Вареные очищенные картофель, свеклу и морковь, очищенные огурцы нарезают ломтиками, капусту квашеную перебирают, отжимают и шинкуют. Зеленый лук нарезают длиной 1-1,5 см, а репчатый — полукольцами/Подготовленные овощи соединяют, добавляют масло растительное, перемешивают.

Винегрет раскладывают на порции, сверху кладут разделанную на филе сельдь, нарезанную наискось тонкими кусочками.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 306

Наименование изделия: **ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ**

Номер рецептуры: **306**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС	121,88	97,5
МЯСО ГОВЯДИНА Б/К(ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ)	67,6	60,8
РИС ШЛИФОВАННЫЙ, 1 СОРТ	7,6	7,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	16,1	13,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	5	5
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ №1, 1 СОРТ	1,5	1,5
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	13,37
Жиры, г	14,50
Углеводы, г	10,90
Энергетическая ценность, ккал	228,24

В1, мг	0,07
С, мг	18,09
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,09

Са, мг	56,05
Mg, мг	30,12
Р, мг	136,94
Fe, мг	2,43
К, мг	409,86
І, мкг	7,83
F, мг	0,04
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Подготовленную белокочанную капусту шинкуют крупной соломкой и припускают в подсоленной воде. Лук нарезают соломкой, пассеруют.

Котлетное мясо говядины пропускают через мясорубку, обжаривают на противне и доводят до готовности в жарочном шкафу.

К жареной говядине добавляют сваренный в подсоленной воде рассыпчатый рис, пассерованный лук, припущенную капусту, соль и перемешивают и тушат до готовности.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № к/к

Наименование изделия: **ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ**

Номер рецептуры: **к/к**

Наименование сборника рецептур: **к/к**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ, ВЬСШИЙ СОРТ	46,1	30
<b>Выход: 30</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	0,90
Жиры, г	0,06
Углеводы, г	1,89
Энергетическая ценность, ккал	11,64

В1, мг	0,02
С, мг	1,20
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,02

Са, мг	5,40
Mg, мг	5,67
P, мг	16,74
Fe, мг	0,19
K, мг	29,70
I, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Банки обрабатывают в соответствии с санитарными правилами, вскрывают, горошек выкладывают из банок в подготовленную посуду и кипятят в собственном соку в течение 3-5 минут, затем отвар сливают и отпускают горошек как гарнир.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ /Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № к/к

Наименование изделия: **ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ**

Номер рецептуры: **к/к**

Наименование сборника рецептур: **к/к**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ, ВЬСШЬЙ СОРТ	46,2	30
<b>Выход: 30</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	0,90
Жиры, г	0,06
Углеводы, г	1,89
Энергетическая ценность, ккал	11,64

В1, мг	0,02
С, мг	1,20
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,02

Са, мг	5,40
Mg, мг	5,67
P, мг	16,74
Fe, мг	0,19
K, мг	29,70
I, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Банки обрабатывают в соответствии с санитарными правилами, вскрывают, горошек выкладывают из банок в подготовленную посуду и кипятят в собственном соку в течение 3-5 минут, затем отвар сливают и отпускают горошек как гарнир.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № к/к

Наименование изделия: **ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ**

Номер рецептуры: **к/к**

Наименование сборника рецептур: **к/к**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ, ВЬСШИЙ СОРТ	61,54	40
<b>Выход: 40</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	1,20
Жиры, г	0,08
Углеводы, г	2,52
Энергетическая ценность, ккал	15,52

В1, мг	0,03
С, мг	1,60
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,02

Са, мг	7,20
Mg, мг	7,56
P, мг	22,32
Fe, мг	0,25
K, мг	39,60
I, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Банки обрабатывают в соответствии с санитарными правилами, вскрывают, горошек выкладывают из банок в подготовленную посуду и кипятят в собственном соку в течение 3-5 минут, затем отвар сливают и отпускают горошек как гарнир.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ /Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **ГРУША СВЕЖАЯ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ГРУШИ СВЕЖИЕ ПОЗДНИХ СРОКОВ СОЗРЕВАНИЯ 1 ГР. 1 СОРТ	94,4	85
<b>Выход: 85</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	0,34
Жиры, г	0,26
Углеводы, г	8,76
Энергетическая ценность, ккал	39,95

В1, мг	0,02
С, мг	4,25
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,03

Са, мг	16,15
Mg, мг	10,20
Р, мг	13,60
Fe, мг	1,70
К, мг	131,75
І, мкг	0,85
F, мг	0,01
Se, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Груши перебирают, промывают, удаляют семенное гнездо. Нарезают кусочком.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ /Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 224

Наименование изделия: **ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ**

Номер рецептуры: **224**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	94,5	94,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,5	1,5
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ №1, 1 СОРТ	0,9	0,9
КРУПА МАННАЯ, МАРКА М	6,4	6,4
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	9,1	9,1
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИИ	0,05 шт.	2,3
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9,1	9,1
ДЖЕМ СТЕРИЛИЗОВАННЫЙ	15	15
<b>Выход: 100/15</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	18,25
Жиры, г	11,37
Углеводы, г	29,60
Энергетическая ценность, ккал	299,54

В1, мг	0,05
С, мг	6,20
А, мг	0,06
Д, мкг	0,05
В2, мг	0,21

Са, мг	148,79
Mg, мг	25,18
P, мг	194,95
Fe, мг	0,82
K, мг	161,85
I, мкг	1,28
F, мг	0,02
Se, мг	0,02

### Технология приготовления:

Творог протирают, крупу просеивают, яйца обрабатывают в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.

Протертый творог смешивают с предварительно заваренной в воде (10 мл на порцию) и охлажденной манной крупой, яйцами, сахаром и солью.

Подготовленную массу выкладывают слоем 3-4 см на смазанные маслом растительным и посыпанные сухарями противни или формы. Поверхность массы разравнивают, смазывают сметаной, запекают в жарочном шкафу 20-30 мин до образования на поверхности румяной корочки.

Готовую выдерживают 5-10 мин и вынимают из форм. Запеканку, приготовленную на противне, не выкладывая, нарезают на порционные куски.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 299

Наименование изделия: **ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ**

Номер рецептуры: **299**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ№1,1СОРТ	0,8	0,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ,ВЫСШИЙ СОРТ	1,6	1,6
МЯСО ГОВЯДИНА Б/К(ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ)	64	57,6
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ РАННИЙ	210,75	168,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ,1 КЛАСС	11,7	9,8
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,3	4,3
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	2,4	2,4
<b>Выход: 180</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	14,36
Жиры, г	13,08
Углеводы, г	30,02
Энергетическая ценность, ккал	295,45

В1, мг	0,18
С, мг	13,88
А, мг	0,02
Д, мкг	0,04
В2, мг	0,17

Са, мг	27,06
Мg, мг	50,38
Р, мг	194,43
Fe, мг	3,19
К, мг	1 177,20
І, мкг	12,87
F, мг	0,07
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Подготовленное мясо подвергают тепловой обработке: мясо обжаривают и тушат. Готовые продукты пропускают через мясорубку, добавляют пассерованный лук. Протертый вареный картофель делят на две равные части. Одну часть кладут на смазанный маслом противень или сковороду, разравнивают, кладут фарш, а на него оставшуюся часть картофеля. После разравнивания изделие сбрызгивают маслом сливочным и запекают около часа при температуре 220-250° С.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 193

Наименование изделия: **ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ ЯБЛОЧНЫМ**

Номер рецептуры: **193**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
РИС ШЛИФОВАННЫЙ,1СОРТ	27,7	27,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	56,3	56,3
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ№1,1СОРТ	0,5	0,5
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	14,7	14,7
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ,1КАТЕГОРИИ	0,09 шт.	4,14
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	5,9	5,9
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	2,3	2,3
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,3	2,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	1,2	1,2
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ РАННИХ СРОКОВ СОЗРЕВАНИЯ,1 СОРТ	7	6,1
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	3,1	3,1
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ,ВЫСШИЙ СОРТ	1,5	1,5
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА ПИЩЕВАЯ	0,03	0,03
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,2	21,2
<b>Выход: 90/30</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,30
Жиры, г	4,05
Углеводы, г	32,05
Энергетическая ценность, ккал	187,14

В1, мг	0,04
С, мг	0,27
А, мг	0,03
Д, мкг	0,12
В2, мг	0,05

Са, мг	32,90
Mg, мг	18,93
Р, мг	79,62
Fe, мг	0,67
К, мг	76,75
І, мкг	1,45
F, мг	0,01
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

В готовую рассыпчатую и охлажденную до 60-70° С кашу добавляют протертый творог, взбитые с сахаром яйца, ванилин, растворенный в небольшом количестве воды, масло сливочное и перемешивают. Подготовленную массу раскладывают на смазанный маслом и посыпанный сухарями противень, поверхность смазывают смесью яйца со сметаной и запекают 10 мин при температуре 250-280° С.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ В ИНД. УПАК.

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% ЖИРНОСТИ	103,31	103,31
<b>Выход: 100</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,89
Жиры, г	2,58
Углеводы, г	4,66
Энергетическая ценность, ккал	58,38

В1, мг	0,03
С, мг	0,72
А, мг	0,03
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,18

Са, мг	123,97
Mg, мг	14,46
Р, мг	98,14
Fe, мг	0,00
К, мг	150,83
І, мкг	0,00
F, мг	0,02
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Пакеты обрабатывают в соответствии с санитарными правилами. Из пакетов йогурт наливают непосредственно в стаканы.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ В ИНД. УПАК.

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% ЖИРНОСТИ	118,8	118,8
<b>Выход: 115</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,33
Жиры, г	2,97
Углеводы, г	5,36
Энергетическая ценность, ккал	67,13

В1, мг	0,04
С, мг	0,83
А, мг	0,03
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,20

Са, мг	142,56
Mg, мг	16,63
Р, мг	112,86
Fe, мг	0,00
К, мг	173,45
І, мкг	0,00
F, мг	0,02
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Пакеты обрабатывают в соответствии с санитарными правилами. Из пакетов йогурт наливают непосредственно в стаканы.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ В ИНД. УПАК.**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5% ЖИРНОСТИ	103,31	103,31
<b>Выход: 100</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	2,89
Жиры, г	2,58
Углеводы, г	4,66
Энергетическая ценность, ккал	58,38

В1, мг	0,03
С, мг	0,72
А, мг	0,03
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,18

Са, мг	123,97
Mg, мг	14,46
Р, мг	98,14
Fe, мг	0,00
К, мг	150,83
І, мкг	0,00
F, мг	0,02
Se, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Пакеты обрабатывают в соответствии с санитарными правилами. Из пакетов йогурт наливают непосредственно в стаканы.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № к/к

Наименование изделия: **КАКАО С МОЛОКОМ**

Номер рецептуры: **к/к**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	135	135
КАКАО-ПОРОШОК	2,25	2,25
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	10	10
<b>Выход: 150</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	4,32
Жиры, г	3,61
Углеводы, г	16,19
Энергетическая ценность, ккал	115,72

В1, мг	0,03
С, мг	0,70
А, мг	0,02
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,14

Са, мг	140,47
Mg, мг	23,72
Р, мг	110,47
Fe, мг	0,56
К, мг	231,35
І, мкг	12,15
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Какао-порошок смешивают с сахаром, добавляют небольшое количество кипятка (20 мл) и растирают в однородную массу, затем при непрерывном помешивании вливают горячее молоко, остальной кипятком и доводят до кипения.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 131

Наименование изделия: **КАПУСТА ТУШЕНАЯ**

Номер рецептуры: **131**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ№1,1СОРТ	0,8	0,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ,ВЫСШИЙ СОРТ	2,4	2,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС	141	112,8
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА ПИЩЕВАЯ	0,1	0,1
ТОМАТНАЯ ПАСТА (ЭКСТРА)	2,9	2,9
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ,ВЫСШИЙ СОРТ		
с 01.01 по 31.08	3,87	2,9
с 01.09 по 31.12	3,63	2,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ,1 КЛАСС	5,7	4,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,9	1,9
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	3,8	3,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	41,3	41,3
<b>Выход: 120</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,42
Жиры, г	2,47
Углеводы, г	11,21
Энергетическая ценность, ккал	78,20

В1, мг	0,02
С, мг	21,07
А, мг	0,07
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,04

Са, мг	56,62
Mg, мг	19,95
Р, мг	39,24
Fe, мг	1,20
К, мг	250,88
І, мкг	3,96
F, мг	0,01
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Нарезанную соломкой свежую капусту кладут в котел слоем до 30 см, добавляют воду (20-30% к массе сырой капусты), сливочное масло, пассерованную разведенную водой (в соотношении 1:1) томатную пасту и тушат до полуготовности при периодическом помешивании. Затем добавляют пассерованные нарезанные соломкой морковь, лук, лавровый лист и тушат до готовности. За 5 мин до конца тушения капусту заправляют мучной пассеровкой, сахаром, солью и вновь доводят до кипения.

Если свежая капуста горчит, ее перед тушением ошпаривают в течение 3-5 мин. При приготовлении блюда из квашеной капусты лимонную кислоту исключают, добавляя небольшое количество бульона или воды, и количество сахара увеличивают до 10 г на порцию.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № к/к

Наименование изделия: **КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ**

Номер рецептуры: **к/к**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ РАННИЙ	75	60
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ		
с 01.01 по 31.08	64	48
с 01.09 по 31.12	60	48
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,5	14,6
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,2	1,2
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ №1, 1 СОРТ	0,4	0,4
<b>Выход: 120</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,18
Жиры, г	1,60
Углеводы, г	13,39
Энергетическая ценность, ккал	77,46

В1, мг	0,08
С, мг	5,84
А, мг	0,97
Д, мкг	0,02
В2, мг	0,07

Са, мг	43,76
Mg, мг	30,55
Р, мг	66,04
Fe, мг	0,99
К, мг	458,34
І, мкг	6,71
F, мг	0,05
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Сырой очищенный картофель варят. Очищенную морковь нарезают дольками и припускают в небольшом количестве воды с добавлением (1/2 нормы сливочного масла). Отварной картофель и припущенную морковь протирают в горячем виде, добавляют в два-три приема горячее молоко и растопленное прокипяченное сливочное масло. Смесь взбивают до получения пышной однородной массы.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 184

Наименование изделия: **КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ**

Номер рецептуры: **184**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА, 1 СОРТ	27	27
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	40,3	40,3
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	62,4	62,4
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ №1, 1 СОРТ	0,7	0,7
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	2,6	2,6
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	5	5
<b>Выход: 130/5</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,09
Жиры, г	6,38
Углеводы, г	20,42
Энергетическая ценность, ккал	159,70

В1, мг	0,10
С, мг	0,32
А, мг	0,03
Д, мкг	0,08
В2, мг	0,11

Са, мг	73,02
Mg, мг	56,09
Р, мг	118,58
Fe, мг	1,78
К, мг	194,71
І, мкг	6,51
F, мг	0,01
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Гречневую крупу засыпают в кипящую жидкость (молоко с водой или воду), добавляют соль, сахар и варят, периодически помешивая, до тех пор, пока каша не загустеет. Посуду плотно закрывают крышкой и оставляют на плите с умеренным нагревом для упревания каши до готовности.

Соотношение молока и воды принимается следующее: 60% молока, 40% воды.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 189

Наименование изделия: **КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ**

Номер рецептуры: **189**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА МАННАЯ,МАРКА М	23	23
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76	76
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ№1,1СОРТ	0,6	0,6
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	3	3
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	3	3
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,45
Жиры, г	4,47
Углеводы, г	22,21
Энергетическая ценность, ккал	146,59

В1, мг	0,04
С, мг	0,40
А, мг	0,02
Д, мкг	0,05
В2, мг	0,09

Са, мг	86,04
Мg, мг	12,81
Р, мг	73,19
Fe, мг	0,30
К, мг	141,60
І, мкг	6,84
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Манная крупа в воде или молоке с водой при 90-95° С почти полностью набухает и быстро разваривается. Поэтому ее следует всыпать в горячую жидкость при непрерывном помешивании и варить 20 мин.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 190

Наименование изделия: **КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"**

Номер рецептуры: **190**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
РИС ШЛИФОВАННЫЙ, 1 СОРТ	7,58	7,5
ПШЕНО ШЛИФОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	7,58	7,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18	18
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	112,5	112,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	4,5	4,5
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	4,5	4,5
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ №1, 1 СОРТ	0,4	0,4
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,52
Жиры, г	6,60
Углеводы, г	20,14
Энергетическая ценность, ккал	158,84

В1, мг	0,06
С, мг	0,58
А, мг	0,04
Д, мкг	0,07
В2, мг	0,12

Са, мг	119,71
Mg, мг	21,83
P, мг	107,82
Fe, мг	0,39
K, мг	188,49
I, мкг	10,58
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Крупу перебирают, промывают сначала теплой, затем горячей водой. В кипящую воду закладывают подготовленную пшеничную крупу и варят 10-15 мин, помешивая. Затем всыпают подготовленную рисовую крупу и варят 5-10 мин, потом добавляют горячее молоко, соль, сахар и варят, периодически помешивая, до готовности.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 189

Наименование изделия: **КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ**

Номер рецептуры: **189**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	23	23
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	53	53
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79	79
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ№1,1СОРТ	0,6	0,6
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	3	3
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	3	3
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,99
Жиры, г	5,72
Углеводы, г	20,38
Энергетическая ценность, ккал	153,29

В1, мг	0,10
С, мг	0,41
А, мг	0,02
Д, мкг	0,05
В2, мг	0,10

Са, мг	95,84
Mg, мг	36,15
Р, мг	125,65
Fe, мг	0,92
К, мг	191,99
І, мкг	8,49
F, мг	0,01
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Хлопья овсяные «Геркулес» засыпают в кипящее молоко с водой и варят до готовности.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 189

Наименование изделия: **КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ**

Номер рецептуры: **189**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ: ( ПОЛТАВСКАЯ №1)	30,3	30
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76	76
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ№1,1СОРТ	0,6	0,6
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	3	3
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	3	3
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,50
Жиры, г	4,63
Углеводы, г	26,22
Энергетическая ценность, ккал	168,93

В1, мг	0,09
С, мг	0,40
А, мг	0,02
Д, мкг	0,05
В2, мг	0,11

Са, мг	92,70
Мg, мг	25,28
Р, мг	126,06
Fe, мг	1,28
К, мг	180,70
І, мкг	6,84
F, мг	0,00
Se, мг	0,02

### Технология приготовления:

Крупу варят 20-30 мин в кипящей воде, после чего лишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко и варят кашу до готовности.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 189

Наименование изделия: **КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ**

Номер рецептуры: **189**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ПШЕНО ШЛИФОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	30	29,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	76	76
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ №1, СОРТ	0,6	0,6
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	3	3
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	3	3
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,47
Жиры, г	5,03
Углеводы, г	26,74
Энергетическая ценность, ккал	174,59

В1, мг	0,11
С, мг	0,40
А, мг	0,02
Д, мкг	0,05
В2, мг	0,09

Са, мг	89,12
Мg, мг	31,27
Р, мг	117,87
Fe, мг	0,89
К, мг	174,37
І, мкг	8,18
F, мг	0,01
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Крупу варят 20-30 мин в кипящей воде (пшено — не более 10 мин), после чего лишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко и варят кашу до готовности.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 189

Наименование изделия: **КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ**

Номер рецептуры: **189**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
РИС ШЛИФОВАННЫЙ,1СОРТ	22,53	22,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51,3	51,3
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79	79
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ№1,1СОРТ	0,6	0,6
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	2,9	2,9
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	3	3
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,75
Жиры, г	4,54
Углеводы, г	22,51
Энергетическая ценность, ккал	146,40

В1, мг	0,04
С, мг	0,41
А, мг	0,02
Д, мкг	0,05
В2, мг	0,09

Са, мг	86,61
Мg, мг	19,47
Р, мг	87,86
Fe, мг	0,29
К, мг	138,38
І, мкг	7,42
F, мг	0,01
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Крупу варят 20-30 мин в кипящей воде, после чего лишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко и варят кашу до готовности.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ /Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 189

Наименование изделия: **КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ С САХАРОМ**

Номер рецептуры: **189**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	23,23	23
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79	79
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ№1,1СОРТ	0,6	0,6
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	3	3
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	3	3
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	10	10
<b>Выход: 155/10</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,47
Жиры, г	4,62
Углеводы, г	31,17
Энергетическая ценность, ккал	184,49

В1, мг	0,07
С, мг	0,41
А, мг	0,02
Д, мкг	0,05
В2, мг	0,10

Са, мг	101,72
Mg, мг	19,77
Р, мг	128,75
Fe, мг	0,50
К, мг	163,53
І, мкг	7,11
F, мг	0,02
Se, мг	0,01

### Технология приготовления:

Крупу варят 20-30 мин в кипящей воде (пшено — не более 10 мин), после чего лишнюю воду сливают, добавляют горячее молоко и варят кашу до готовности.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 406

Наименование изделия: **КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"**

Номер рецептуры: **406**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,035	0,035
ФРУКТЫ СУШЕНЫЕ.АБРИКОСЫ СУШЕНЫЕ(КУРАГА ПОЛОВИНКИ)	15	15
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	15	15
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ,ВЫСШИЙ СОРТ	6	6
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА ПИЩЕВАЯ	0,2	0,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	165	165
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,77
Жиры, г	0,05
Углеводы, г	26,49
Энергетическая ценность, ккал	110,03

В1, мг	0,02
С, мг	0,24
А, мг	0,09
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,03

Са, мг	30,72
Mg, мг	15,72
Р, мг	23,87
Fe, мг	0,43
К, мг	259,40
І, мкг	0,00
F, мг	0,01
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Курагу перебирают, удаляя посторонние примеси, тщательно промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз. Затем заливают горячей водой и оставляют на 2-3 ч для набухания. Варят в той же воде до готовности, протирают, соединяют с отваром, сахаром, добавляют кислоту лимонную, доводят до кипения, вводят подготовленный крахмал и вновь доводят до кипения. Крахмал подготавливают следующим образом: его разводят охлажденным отваром (на 1 часть крахмала 5 частей отвара) и процеживают.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 319

Наименование изделия: **КНЕЛИ ИЗ КУР ЗАПЕЧЕННЫЕ**

Номер рецептуры: **319**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	5,5	5,5
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	16,5	16,5
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1КАТЕГОРИИ	0,13 шт.	5,98
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	139,6	90,8
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	2,8	2,8
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ№1,1СОРТ	0,7	0,7
<b>ВЫХОД СЫРОЙ ПРОДУКЦИИ</b>		<b>122,28</b>
<b>Выход: 55</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	18,09
Жиры, г	17,65
Углеводы, г	3,58
Энергетическая ценность, ккал	245,81

В1, мг	0,07
С, мг	0,81
А, мг	0,05
Д, мкг	0,17
В2, мг	0,13

Са, мг	33,99
Mg, мг	17,02
Р, мг	141,40
Fe, мг	1,16
К, мг	252,29
І, мкг	6,32
F, мг	0,10
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Мякоть кур без кожи измельчают на мясорубке (решетки с диаметром отверстий 9 и 5 мм). Измельченную массу соединяют с замоченным в молоке или воде батонem, добавляют соль и перемешивают, измельчают вторично на мясорубке. Добавляют яйца, сливочное масло и взбивают до получения однородной массы.

Разделяют кнели массой 20-25 г, укладывают в перфорированную емкость, смазанную маслом, и варят на пару 15-20 мин.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № к/к

Наименование изделия: **КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"**

Номер рецептуры: **к/к**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	12	12
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147
ФРУКТЫ СУШЕНЫЕ.АБРИКОСЫ СУШЕНЫЕ(КУРАГА ПОЛОВИНКИ)	11,3	11,3
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,035	0,035
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,57
Жиры, г	0,03
Углеводы, г	17,21
Энергетическая ценность, ккал	71,87

В1, мг	0,01
С, мг	0,18
А, мг	0,06
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,02

Са, мг	22,45
Mg, мг	12,00
P, мг	14,85
Fe, мг	0,32
K, мг	194,82
I, мкг	0,00
F, мг	0,01
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Сушеные плоды и ягоды перебирают, удаляя посторонние примеси, тщательно промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз. Подготовленные сухофрукты заливают горячей водой и варят, затем добавляют сахар, лимонную кислоту и варят до готовности. Готовый компот охлаждают до 12-14° С.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № к/к

Наименование изделия: **КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"**

Номер рецептуры: **к/к**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,035	0,035
КОМПОТНАЯ СМЕСЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ	16,02	16
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	12	12
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,00
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	11,62
Энергетическая ценность, ккал	46,44

В1, мг	0,00
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	6,18
Mg, мг	1,32
P, мг	0,00
Fe, мг	0,00
K, мг	0,80
I, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Сушеные плоды и ягоды перебирают, удаляя посторонние примеси, тщательно промывают в теплой воде, сменяя ее несколько раз. Подготовленные сухофрукты заливают горячей водой и варят, затем добавляют сахар, лимонную кислоту и варят до готовности. Готовый компот охлаждают до 12-14° С.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 272

Наименование изделия: **КОТЛета РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ**

Номер рецептуры: **272**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МЯСО ГОВЯДИНА Б/К(ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ)	49,3	44,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10,8	10,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,4	14,4
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ,ВЫСШИЙ СОРТ	3	3
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ№1,1СОРТ	0,4	0,4
<b>Выход: 60</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	9,57
Жиры, г	10,10
Углеводы, г	8,96
Энергетическая ценность, ккал	164,89

В1, мг	0,05
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,06

Ca, мг	9,75
Mg, мг	14,80
P, мг	92,59
Fe, мг	1,50
K, мг	174,56
I, мкг	3,20
F, мг	0,02
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Из готовой котлетной массы разделяют изделия овально-приплюснутой формы с заостренным концом (котлеты), или кругло-приплюснутой формы толщиной 2,0-2,5 см (биточки), или плоскоовальной формы, толщиной 1 см (шницели). Котлеты, биточки и шницели можно готовить с добавлением репчатого лука (5 г нетто). Выход изделий при этом не изменяется, так как соответственно уменьшается норма молока или воды.

Изделия укладывают на разогретую до 160-170° С смазанную маслом поверхность сковороды, противня или функциональной емкости и обжаривают на плите 3-5 мин. До готовности доводят в жарочном шкафу при температуре 250-280° С (5-7 мин). Температура внутри изделия не ниже 85° С.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 241

Наименование изделия: **КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ**

Номер рецептуры: **241**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ФИЛЕ ТРЕСКИ МОРОЖЕНОЕ,КАТ.А		
с 01.01 по 31.12	56,26	48,38
с 01.01 по 31.12	56,26	48,38
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ,ВЫСШИЙ СОРТ		
с 01.01 по 31.08	18,67	14
с 01.09 по 31.12	17,5	14
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ,1 КЛАСС	6,67	5,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	5,6	5,6
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ,1КАТЕГОРИИ	0,16 шт.	7,36
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8	8
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	1,5	1,5
<b>Выход: 70</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	9,30
Жиры, г	2,67
Углеводы, г	4,61
Энергетическая ценность, ккал	79,87

В1, мг	0,06
С, мг	0,73
А, мг	0,31
Д, мкг	0,18
В2, мг	0,06

Са, мг	30,99
Мg, мг	19,36
Р, мг	111,71
Fe, мг	0,57
К, мг	229,65
І, мкг	68,37
F, мг	0,28
Se, мг	0,01

### Технология приготовления:

Подготовленное филе рыбы нарезают на куски и пропускают дважды через мясорубку вместе с замоченным в молоке хлебом, вареной морковью и луком репчатым. В рыбную массу добавляют яйцо, соль, хорошо перемешивают и формируют котлеты по 2 шт. на порцию. Изделия кладут в сотейник, смазанный маслом сливочным, добавляют немного воды и припускают при закрытой крышке 15-20 мин. Температуры внутри изделия не ниже 80° С. Готовые изделия хранят не более 40 мин при температуре 60-65° С.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 143

Наименование изделия: **КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ**

Номер рецептуры: **143**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ РАННИЙ	137,5	110
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	6	6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	5	5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	5	5
<b>Выход: 105</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,80
Жиры, г	8,20
Углеводы, г	18,90
Энергетическая ценность, ккал	165,00

В1, мг	0,11
С, мг	3,00
А, мг	0,04
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	11,00
Mg, мг	26,00
Р, мг	65,00
Fe, мг	1,00
К, мг	0,00
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Очищенный картофель варят, обсушивают и протирают горячим. Протертый картофель охлаждают до 45-50° С, массу перемешивают, из нее фврмуют котлеты по 2 шт. на порцию, панируют в муке.

Подготовленные котлеты обжаривают с обеих сторон, доводят до готовности в жарочном шкафу 5-7 мин.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 314

Наименование изделия: **КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ**

Номер рецептуры: **314**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	68,3	44,4
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10,8	10,8
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,6	15,6
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	2,4	2,4
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ,ВЫСШИЙ СОРТ	3,6	3,6
<b>Выход: 60</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	11,20
Жиры, г	8,55
Углеводы, г	10,23
Энергетическая ценность, ккал	162,54

В1, мг	0,06
С, мг	9,63
А, мг	0,09
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	49,36
Mg, мг	22,88
Р, мг	98,73
Fe, мг	1,20
К, мг	0,00
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Мякоть тушек птицы нарезают на кусочки и пропускают через мясорубку. Измельченное мясо соединяют с замоченным в молоке или воде хлебом, кладут соль, хорошо перемешивают, пропускают через мясорубку, добавляют сливочное масло и выбивают. Готовую котлетную массу порционируют, панируют в сухарях или белой панировке (хлеб можно нарезать в виде соломки или кубиков), формируют котлеты, которые затем обжаривают с обеих сторон на сковороде, разогретой до 130-140° С, и доводят до готовности в жарочном шкафу с температурой 250-280° С.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № к/к

Наименование изделия: **КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК**

Номер рецептуры: **к/к**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	117	117
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	4,4	4,4
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	10	10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	52,5	52,5
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,73
Жиры, г	2,84
Углеводы, г	17,42
Энергетическая ценность, ккал	110,90

В1, мг	0,04
С, мг	0,61
А, мг	0,02
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,14

Са, мг	125,32
Mg, мг	19,52
Р, мг	98,22
Fe, мг	0,38
К, мг	191,21
І, мкг	10,53
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Порошок кофейного напитка заливают кипятком (учитывая добавление молока) и доводят до кипения. После отстаивания (3-5 мин) напиток сливают в другую посуду, кладут сахар, добавляют горячее молоко и вновь доводят до кипения.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 332

Наименование изделия: **МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ**

Номер рецептуры: **332**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ПЕРЕЦ КРАСНЫЙ СЛАДКИЙ	12,27	9,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ГРУППЫ А, ВЫСШ.СОРТ	32,5	32,5
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ№1,1СОРТ	1,7	1,7
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	1,5	1,5
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ,ВЫСШИЙ СОРТ		
с 01.01 по 31.08	18,93	14,2
с 01.09 по 31.12	17,75	14,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ,1 КЛАСС	12,86	10,8
ТОМАТНАЯ ПАСТА (ЭКСТРА)	4,2	4,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	5,8	5,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ,ВЫСШИЙ СОРТ	5	5
<b>Выход: 125</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,11
Жиры, г	6,49
Углеводы, г	25,26
Энергетическая ценность, ккал	176,62

В1, мг	0,09
С, мг	10,67
А, мг	0,33
Д, мкг	0,02
В2, мг	0,04

Са, мг	22,54
Мg, мг	14,08
Р, мг	43,47
Fe, мг	1,04
К, мг	139,43
І, мкг	2,18
F, мг	0,02
Se, мг	0,01

### Технология приготовления:

Макаронны варят в большом количестве кипящей подсоленной воды (на 1 кг макарон берут 6 л воды) в течение 20-30 мин. Сваренные макаронные изделия откидывают и перемешивают с растопленным и доведенным до кипения сливочным маслом. Овощи нарезают соломкой и пассеруют, добавляют томатную пасту и продолжают пассерование 5-7 мин. Отварные макаронны соединяют с подготовленными овощами и перемешивают.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 210

Наименование изделия: **МАКАРОНЫ С СЫРОМ**

Номер рецептуры: **210**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ГРУППЫ А, ВЫСШ.СОРТ	33,9	33,9
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ В АССОРТИМЕНТЕ	11,7	11
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	5,5	5,5
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ№1,1СОРТ	0,9	0,9
<b>Выход: 110</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	6,12
Жиры, г	7,98
Углеводы, г	23,22
Энергетическая ценность, ккал	189,89

В1, мг	0,05
С, мг	0,03
А, мг	0,04
Д, мкг	0,08
В2, мг	0,04

Са, мг	91,62
Mg, мг	8,14
P, мг	71,99
Fe, мг	0,74
K, мг	52,29
I, мкг	0,51
F, мг	0,01
Se, мг	0,01

### Технология приготовления:

Отварные макароны, заправленные растопленным, доведенным до кипения сливочным маслом, посыпают тертым сыром непосредственно перед подачей. Сыр можно подать отдельно.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **МАНДАРИН**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МАНДАРИН	114,9	85
<b>Выход: 85</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,68
Жиры, г	0,17
Углеводы, г	6,38
Энергетическая ценность, ккал	32,30

В1, мг	0,05
С, мг	32,30
А, мг	0,01
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,03

Са, мг	29,75
Mg, мг	9,35
Р, мг	14,45
Fe, мг	0,09
К, мг	131,75
І, мкг	0,00
F, мг	0,13
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Бананы промывают, очищают от кожуры. Нарезают кусочком.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ /Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 434

Наименование изделия: **МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ**

Номер рецептуры: **434**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	157,5	157,5
<b>Выход: 150</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	4,43
Жиры, г	3,82
Углеводы, г	7,33
Энергетическая ценность, ккал	82,50

В1, мг	0,04
С, мг	0,82
А, мг	0,02
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,17

Са, мг	160,65
Mg, мг	17,64
Р, мг	113,40
Fe, мг	0,13
К, мг	229,95
І, мкг	14,18
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Молоко перед отпуском кипятят в посуде, предназначенной только для этих целей, затем охлаждают.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 434

Наименование изделия: **МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ**

Номер рецептуры: **434**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	158,3	157,5
<b>Выход: 150</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	4,43
Жиры, г	3,82
Углеводы, г	7,33
Энергетическая ценность, ккал	82,50

В1, мг	0,04
С, мг	0,82
А, мг	0,02
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,17

Са, мг	160,65
Mg, мг	17,64
Р, мг	113,40
Fe, мг	0,13
К, мг	229,95
І, мкг	14,18
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Молоко перед отпуском кипятят в посуде, предназначенной только для этих целей, затем охлаждают.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 344

Наименование изделия: **МОРКОВЬ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ**

Номер рецептуры: **344**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ		
с 01.01 по 31.08	97,73	73,3
с 01.09 по 31.12	91,63	73,3
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ, ВЫСШИЙ СОРТ	15,3	10
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ №1, СОРТ	0,7	0,7
<b>СОУС МОЛОЧНЫЙ №366</b>		<b>23,3</b>
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12,3	12,3
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,4	1,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ. СОРТ	1,4	1,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12,3	12,3
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ №1, СОРТ	0,2	0,2
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	0,3	0,3
<b>Выход: 100</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,74
Жиры, г	1,54
Углеводы, г	7,24
Энергетическая ценность, ккал	50,25

В1, мг	0,05
С, мг	2,68
А, мг	1,41
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	36,18
Mg, мг	28,14
P, мг	56,95
Fe, мг	0,67
K, мг	0,00
I, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Морковь промывают, перебирают, очищают и повторно промывают в холодной проточной воде. Затем нарезают средним кубиком, припускают до готовности (на 1 кг моркови берут 0,2-0,3 л воды). Горошек зеленый консервированный прогревают в отваре и откидывают на дуршлаг.

Припущенную морковь соединяют с готовым зеленым горошком, соусом молочным, перемешивают, доводят до кипения.

Соус молочный №366

Пассерованную на масле муку разводят горячим молоком с добавлением воды и варят 7-10 мин при слабом кипении. Затем кладут соль, сахар, процеживают и доводят до кипения.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 342

Наименование изделия: **МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ**

Номер рецептуры: **342**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ		
с 01.01 по 31.08	180	135
с 01.09 по 31.12	168,75	135
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2	2
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ №1, СОРТ	1	1
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	1,5	1,5
<b>СОУС МОЛОЧНЫЙ</b>		<b>30</b>
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ. СОРТ	2,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,8	22,8
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	7,8	7,8
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ №1, СОРТ	0,2	0,2
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,19
Жиры, г	1,96
Углеводы, г	12,51
Энергетическая ценность, ккал	78,01

В1, мг	0,06
С, мг	2,74
А, мг	2,70
Д, мкг	0,03
В2, мг	0,09

Са, мг	75,46
Mg, мг	47,83
P, мг	75,42
Fe, мг	1,29
K, мг	284,85
I, мкг	7,49
F, мг	0,06
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Морковь промывают, перебирают, очищают и повторно промывают в холодной проточной воде. Затем нарезают кубиками, заливают водой (на 1 кг моркови берут 0,2-0,3 л воды), добавляют соль, сахар и припускают с маслом. Добавляют соус сметанный и тушат до готовности 10-15 мин.

#### Соус молочный

Пшеничную муку просеивают, слегка пассеруют без масла, охлаждают до 60-70° С, вливают четвертую часть горячей воды и вымешивают до образования однородной массы, затем постепенно добавляют оставшуюся воду и кипятят 10-15 мин. Затем соединяют с прокипяченной сметаной, солят и проваривают 3-5 мин. Процеживают и доводят до кипения.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № к/к

Наименование изделия: **НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"**

Номер рецептуры: **к/к**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,035	0,035
АПЕЛЬСИНЫ СВЕЖИЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	17,14	12
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	10	10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147
<b>Выход: 150</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	0,11
Жиры, г	0,02
Углеводы, г	10,62
Энергетическая ценность, ккал	43,71

В1, мг	0,00
С, мг	2,88
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	9,81
Mg, мг	2,72
P, мг	2,48
Fe, мг	0,04
K, мг	24,38
I, мкг	0,24
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Цедру, снятую с лимона, мелко нарезают, заливают горячей водой, после процеживания в отвар добавляют сахар, доводят до кипения, вливают отжатый лимонный сок, доводят до кипения и охлаждают.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 436

Наименование изделия: **НАПИТОК ЛИМОННЫЙ**

Номер рецептуры: **436**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЛИМОНЫ СВЕЖИЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	25	15
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160,5	160,5
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	15	15
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,14
Жиры, г	0,02
Углеводы, г	14,96
Энергетическая ценность, ккал	63,00

В1, мг	0,01
С, мг	2,40
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	12,17
Mg, мг	3,07
Р, мг	2,97
Fe, мг	0,14
К, мг	25,38
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Цедру, снятую с лимона, мелко нарезают, заливают горячей водой, после процеживания в отвар добавляют сахар, доводят до кипения, вливают отжатый лимонный сок, доводят до кипения и охлаждают.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № к/к

Наименование изделия: **НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ С ВИТАМИОМ "С"**

Номер рецептуры: **к/к**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА	0,035	0,035
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ РАННИХ СРОКОВ СОЗРЕВАНИЯ, 1 СОРТ	13,64	12
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	10	10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	147	147
<b>Выход: 150</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	0,05
Жиры, г	0,05
Углеводы, г	10,82
Энергетическая ценность, ккал	44,17

В1, мг	0,00
С, мг	0,48
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	7,87
Mg, мг	2,18
P, мг	1,19
Fe, мг	0,23
K, мг	34,10
I, мкг	0,24
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Цедру, снятую с лимона, мелко нарезают, заливают горячей водой, после процеживания в отвар добавляют сахар, доводят до кипения, вливают отжатый лимонный сок, доводят до кипения и охлаждают.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 338

Наименование изделия: **ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ**

Номер рецептуры: **338**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ		
с 01.01 по 31.08	35,2	26,4
с 01.09 по 31.12	33	26,4
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ		
с 01.01 по 28.02	38,15	24,8
с 01.03 по 31.07	41,33	24,8
с 01.08 по 31.08	31	24,8
с 01.09 по 31.10	33,07	24,8
с 01.11 по 31.12	35,43	24,8
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый, ВЫСШИЙ СОРТ	18,4	12
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС	33	26,4
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ №1, СОРТ	0,8	0,8
<b>СОУС МОЛОЧНЫЙ №366</b>		<b>40</b>
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2,4	2,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ. СОРТ	2,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ №1, СОРТ	0,3	0,3
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	0,4	0,4
<b>Выход: 120</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,45
Жиры, г	2,66
Углеводы, г	10,29
Энергетическая ценность, ккал	75,32

В1, мг	0,07
С, мг	7,74
А, мг	0,55
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,06

Са, мг	54,55
Мg, мг	23,59
Р, мг	59,81
Fe, мг	1,02
К, мг	254,45
І, мкг	3,35
F, мг	0,01
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Овощи предварительно промывают, перебирают, очищают и повторно промывают в холодной проточной воде. Морковь и картофель нарезают дольками или кубиками, белокочанную капусту — шашками. Овощи по отдельности припускают (на 1 кг овощей берут 0,2-0,3 л воды). Консервированный зеленый горошек прогревают. Готовые овощи соединяют с соусом молочным и прогревают 1-2 мин. При отсутствии того или другого вида овощей, указанных в рецептуре, можно приготовить блюдо из других овощей, соответственно изменив их закладку.

Соус молочный №366

Пассерованную на масле муку разводят горячим молоком с добавлением воды и варят 7-10 мин при слабом кипении. Затем кладут соль, сахар, процеживают и доводят до кипения.

Повар \_\_\_\_\_ /Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 338

Наименование изделия: **ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ**

Номер рецептуры: **338**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25	25
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	3	3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	0,5	0,5
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ,ВЫСШИЙ СОРТ		
с 01.01 по 31.08	44	33
с 01.09 по 31.12	41,25	33
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ РАННИЙ	38,75	31
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый,ВЫСШИЙ СОРТ	23	15
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС	41,25	33
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ№1,1СОРТ	1	1
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,09
Жиры, г	3,27
Углеводы, г	13,27
Энергетическая ценность, ккал	95,66

В1, мг	0,10
С, мг	9,81
А, мг	0,68
Д, мкг	0,05
В2, мг	0,09

Са, мг	65,54
Mg, мг	28,96
Р, мг	71,56
Fe, мг	1,07
К, мг	358,78
І, мкг	6,49
F, мг	0,03
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Овощи предварительно промывают, перебирают, очищают и повторно промывают в холодной проточной воде. Морковь и картофель нарезают дольками или кубиками, белокочанную капусту — шашками. Овощи по отдельности припускают (на 1 кг овощей берут 0,2-0,3 л воды). Консервированный зеленый горошек прогревают. Готовые овощи соединяют с соусом молочным и прогревают 1-2 мин. При отсутствии того или другого вида овощей, указанных в рецептуре, можно приготовить блюдо из других овощей, соответственно изменив их закладку.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 338

Наименование изделия: **ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ**

Номер рецептуры: **338**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ		
с 01.01 по 31.08	44	33
с 01.09 по 31.12	41,25	33
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ РАННИЙ	38,75	31
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый, ВЫСШИЙ СОРТ	23	15
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС	41,25	33
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ №1, 1 СОРТ	1	1
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25	25
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	3	3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ. СОРТ	3	3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ №1, 1 СОРТ	0,4	0,4
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	0,5	0,5
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,09
Жиры, г	3,27
Углеводы, г	13,27
Энергетическая ценность, ккал	95,66

В1, мг	0,10
С, мг	9,81
А, мг	0,68
Д, мкг	0,05
В2, мг	0,09

Са, мг	66,86
Mg, мг	29,04
P, мг	71,83
Fe, мг	1,08
K, мг	358,82
I, мкг	6,49
F, мг	0,03
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Овощи предварительно промывают, перебирают, очищают и повторно промывают в холодной проточной воде. Морковь и картофель нарезают дольками или кубиками, белокочанную капусту — шашками. Овощи по отдельности припускают (на 1 кг овощей берут 0,2-0,3 л воды). Консервированный зеленый горошек прогревают. Готовые овощи соединяют с соусом молочным и прогревают 1-2 мин. При отсутствии того или другого вида овощей, указанных в рецептуре, можно приготовить блюдо из других овощей, соответственно изменив их закладку.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 338

Наименование изделия: **ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ**

Номер рецептуры: **338**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ		
с 01.01 по 31.08	35,2	26,4
с 01.09 по 31.12	33	26,4
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ РАННИЙ	31	24,8
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый, ВЫСШИЙ СОРТ	18,4	12
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС	33	26,4
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ №1, 1 СОРТ	0,8	0,8
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2,4	2,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ. СОРТ	2,4	2,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	20	20
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ №1, 1 СОРТ	0,3	0,3
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	0,4	0,4
<b>Выход: 120</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,47
Жиры, г	2,62
Углеводы, г	10,62
Энергетическая ценность, ккал	76,54

В1, мг	0,07
С, мг	7,84
А, мг	0,55
Д, мкг	0,04
В2, мг	0,08

Са, мг	53,40
Mg, мг	23,21
Р, мг	57,44
Fe, мг	0,83
К, мг	287,04
І, мкг	5,19
F, мг	0,02
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Овощи предварительно промывают, перебирают, очищают и повторно промывают в холодной проточной воде. Морковь и картофель нарезают дольками или кубиками, белокочанную капусту — шашками. Овощи по отдельности припускают (на 1 кг овощей берут 0,2-0,3 л воды). Консервированный зеленый горошек прогревают. Готовые овощи соединяют с соусом молочным и прогревают 1-2 мин. При отсутствии того или другого вида овощей, указанных в рецептуре, можно приготовить блюдо из других овощей, соответственно изменив их закладку.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 338

Наименование изделия: **ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ**

Номер рецептуры: **338**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ		
с 01.01 по 31.08	44	33
с 01.09 по 31.12	41,25	33
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ РАННИЙ	38,75	31
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый, ВЫСШИЙ СОРТ	23	15
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС	41,25	33
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ №1, 1 СОРТ	1	1
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	25	25
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	3	3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ. СОРТ	3	3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	25	25
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ №1, 1 СОРТ	0,4	0,4
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	0,5	0,5
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,09
Жиры, г	3,27
Углеводы, г	13,27
Энергетическая ценность, ккал	95,66

В1, мг	0,10
С, мг	9,81
А, мг	0,68
Д, мкг	0,05
В2, мг	0,09

Са, мг	66,86
Mg, мг	29,04
Р, мг	71,83
Fe, мг	1,08
К, мг	358,82
І, мкг	6,49
F, мг	0,03
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Овощи предварительно промывают, перебирают, очищают и повторно промывают в холодной проточной воде. Морковь и картофель нарезают дольками или кубиками, белокочанную капусту — шашками. Овощи по отдельности припускают (на 1 кг овощей берут 0,2-0,3 л воды). Консервированный зеленый горошек прогревают. Готовые овощи соединяют с соусом молочным и прогревают 1-2 мин. При отсутствии того или другого вида овощей, указанных в рецептуре, можно приготовить блюдо из других овощей, соответственно изменив их закладку.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № к/к

Наименование изделия: **ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ**

Номер рецептуры: **к/к**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ВЫСШЕГО СОРТА	30,21	29,9
<b>Выход: 30</b>		

### **Химический состав данного блюда:**

Белки, г	0,24
Жиры, г	0,03
Углеводы, г	0,75
Энергетическая ценность, ккал	4,19

В1, мг	0,01
С, мг	2,99
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,01

Са, мг	6,88
Mg, мг	4,19
Р, мг	12,56
Fe, мг	0,30
К, мг	42,16
І, мкг	0,90
F, мг	0,01
Se, мг	0,00

### **Технология приготовления:**

Вымыть, очистить, нарезать на порции.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ /Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 214

Наименование изделия: **ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ**

Номер рецептуры: **214**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИИ	1,27 шт.	58,42
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	21,8	21,8
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ №1, 1 СОРТ	0,7	0,7
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	3,6	3,6
<b>Выход: 80</b>		

### **Химический состав данного блюда:**

Белки, г	7,83
Жиры, г	9,93
Углеводы, г	1,45
Энергетическая ценность, ккал	126,51

В1, мг	0,04
С, мг	0,11
А, мг	0,14
Д, мкг	1,34
В2, мг	0,20

Са, мг	52,24
Mg, мг	8,19
P, мг	106,46
Fe, мг	1,22
K, мг	114,22
I, мкг	13,64
F, мг	0,02
Se, мг	0,02

### **Технология приготовления:**

К обработанным яйцам добавляют молоко (или воду) и соль. Смесь тщательно размешивают, выливают в емкость, смазанную сливочным маслом, слоем не более 2,5-3,0 см и запекают в жарочном шкафу при температуре 180-220° С в течение 8-10 мин.

Готовый омлет нарезают на порции.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 214

Наименование изделия: **ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ**

Номер рецептуры: **214**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	4,1	4,1
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИИ	1,43 шт.	65,78
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	24,5	24,5
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ №1, 1 СОРТ	0,8	0,8
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	3,4	3,4
<b>Выход: 90</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	8,81
Жиры, г	14,63
Углеводы, г	1,62
Энергетическая ценность, ккал	173,42

В1, мг	0,04
С, мг	0,13
А, мг	0,15
Д, мкг	1,50
В2, мг	0,23

Са, мг	58,74
Mg, мг	9,21
Р, мг	119,81
Fe, мг	1,36
К, мг	128,44
І, мкг	15,37
F, мг	0,03
Se, мг	0,02

### Технология приготовления:

К обработанным яйцам добавляют молоко (или воду) и соль. Смесь тщательно размешивают, выливают в емкость, смазанную сливочным маслом, слоем не более 2,5-3,0 см и запекают в жарочном шкафу при температуре 180-220° С в течение 8-10 мин.

Готовый омлет нарезают на порции.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № к/к

Наименование изделия: **ПОМИДОР СВЕЖИЙ**

Номер рецептуры: **к/к**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ТОМАТЫ СВЕЖИЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	30,51	30,2
<b>Выход: 30</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,33
Жиры, г	0,06
Углеводы, г	1,15
Энергетическая ценность, ккал	7,25

В1, мг	0,02
С, мг	7,55
А, мг	0,05
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,01

Са, мг	4,23
Mg, мг	6,04
Р, мг	7,85
Fe, мг	0,30
К, мг	87,58
І, мкг	0,60
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Вымыть, очистить, нарезать на порции.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ /Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 225

Наименование изделия: **ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ**

Номер рецептуры: **225**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	76	76
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10	10
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,9	0,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	1,6	1,6
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ№1,1СОРТ	0,2	0,2
ВАНИЛИН	0,002	0,002
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ№1,1СОРТ	0,8	0,8
КРУПА МАННАЯ,МАРКА М	8	8
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	12,5	12,5
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ,1КАТЕГОРИИ	0,07 шт.	3,22
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ),ВЫСШИЙ СОРТ	10,01	10
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	3	3
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,9	2,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	2,4	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ,ВЫСШИЙ СОРТ	1,9	1,9
<b>Выход: 100/20</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	15,52
Жиры, г	11,97
Углеводы, г	30,66
Энергетическая ценность, ккал	296,56

В1, мг	0,06
С, мг	0,20
А, мг	0,05
Д, мкг	0,12
В2, мг	0,18

Са, мг	133,72
Mg, мг	23,72
Р, мг	175,92
Fe, мг	0,91
К, мг	211,92
І, мкг	1,77
F, мг	0,02
Se, мг	0,02

### Технология приготовления:

Творог протирают, муку просеивают, яйца обрабатывают в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.

В горячей воде (10-20 мл на порцию) растворяют ванилин, затем всыпают манную крупу и, помешивая, заваривают.

В протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, охлажденную заваренную манную крупу, размягченное сливочное масло, соль, подготовленный и обсушенный изюм. Массу тщательно перемешивают. Яичные белки взбивают до густой пены и вводят в подготовленную массу перед запеканием.

Полученную массу выкладывают на смазанный маслом растительным и посыпанный сухарями противень (или формы), смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280° С в течение 25-35 мин. Готовый пудинг выдерживают 5-10 мин и вынимают из форм. Пудинг, запеченный на противне, не выкладывая, нарезают на порционные куски.

Повар

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 225**Наименование изделия: **ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ**Номер рецептуры: **225**Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	76	76
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10	10
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,9	0,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	1,6	1,6
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ№1,1СОРТ	0,1	0,1
ВАНИЛИН	0,001	0,001
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ№1,1СОРТ	0,8	0,8
КРУПА МАННАЯ,МАРКА М	8	8
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	12,6	12,6
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ,1КАТЕГОРИИ	0,07 шт.	3,22
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ),ВЫСШИЙ СОРТ	10,01	10
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	3	3
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,9	2,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	2,4	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ,ВЫСШИЙ СОРТ	1	1
<b>Выход: 100/30</b>		

**Химический состав данного блюда:**

Белки, г	15,52
Жиры, г	11,10
Углеводы, г	30,74
Энергетическая ценность, ккал	289,09

В1, мг	0,06
С, мг	0,20
А, мг	0,05
Д, мкг	0,12
В2, мг	0,18

Са, мг	133,38
Mg, мг	23,70
Р, мг	175,83
Fe, мг	0,90
К, мг	211,91
І, мкг	1,77
F, мг	0,02
Se, мг	0,02

**Технология приготовления:**

Творог протирают, муку просеивают, яйца обрабатывают в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами.

В горячей воде (10-20 мл на порцию) растворяют ванилин, затем всыпают манную крупу и, помешивая, заваривают.

В протертый творог добавляют яичные желтки, растертые с сахаром, охлажденную заваренную манную крупу, размягченное сливочное масло, соль, подготовленный и обсушенный изюм. Массу тщательно перемешивают. Яичные белки взбивают до густой пены и вводят в подготовленную массу перед запеканием.

Полученную массу выкладывают на смазанный маслом растительным и посыпанный сухарями противень (или формы), смазывают сметаной и запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280° С в течение 25-35 мин. Готовый пудинг выдерживают 5-10 мин и вынимают из форм. Пудинг, запеченный на противне, не выкладывая, нарезают на порционные куски.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 335

Наименование изделия: **ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ**

Номер рецептуры: **335**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ РАННИЙ	128	102,4
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18,4	18,4
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	4	4
<b>Выход: 120</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	2,52
Жиры, г	4,05
Углеводы, г	17,07
Энергетическая ценность, ккал	115,14

В1, мг	0,10
С, мг	8,29
А, мг	0,02
Д, мкг	0,06
В2, мг	0,08

Са, мг	28,40
Mg, мг	23,26
Р, мг	67,31
Fe, мг	0,95
К, мг	609,09
І, мкг	6,78
F, мг	0,03
Se, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Картофель предварительно промывают, перебирают, очищают и повторно промывают в холодной проточной воде. Целые клубни картофеля закладывают в кипящую подсоленную воду (0,6-0,7 л на 1 кг картофеля). После доведения до готовности отвар сливают, посуду закрывают крышкой и при слабом нагреве подсушивают картофель 2-3 мин. Вареный горячий картофель протирают через протирочную машину. В горячий протертый картофель, непрерывно помешивая, добавляют в 2-3 приема горячее кипяченое молоко и растопленное и доведенное до кипения масло сливочное. Смесь взбивают до получения пышной однородной массы.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 141

Наименование изделия: **РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ**

Номер рецептуры: **141**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	3,8	3,8
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ РАННИЙ	60	48
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ		
с 01.01 по 31.08	21,73	16,3
с 01.09 по 31.12	20,38	16,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС	36,25	29
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ. СОРТ	3,5	3,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	34,8	34,8
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,3	6,3
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ №1, 1 СОРТ	0,4	0,4
ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ	0,03	0,03
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ СУХОЙ	0,01	0,01
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	5,8	5,8
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,19
Жиры, г	9,54
Углеводы, г	12,64
Энергетическая ценность, ккал	148,42

В1, мг	0,08
С, мг	9,40
А, мг	0,36
Д, мкг	0,09
В2, мг	0,07

Са, мг	32,84
Mg, мг	20,99
P, мг	48,17
Fe, мг	0,90
K, мг	371,04
I, мкг	4,71
F, мг	0,02
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Нарезанные дольками или кубиками картофель и слегка обжаривают, лук пассеруют. Капусту белокочанную нарезают шашками, припускают. Затем картофель и овощи соединяют с соусом сметанным и тушат 10-15 мин. После этого добавляют припущенную белокочанную капусту и продолжают тушить 15-20 мин. За 5-10 мин до готовности кладут соль, специи.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 90

Наименование изделия: **РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ**

Номер рецептуры: **90**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ№1,1СОРТ	1	1
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	13
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС	12,5	10
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ РАННИЙ	56,25	45
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ,ВЫСШИЙ СОРТ		
с 01.01 по 31.08	8	6
с 01.09 по 31.12	7,5	6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ,1 КЛАСС	5,95	5
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	9,65	9
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	1,5	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5
<b>Выход: 150/10/5</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,76
Жиры, г	4,17
Углеводы, г	8,71
Энергетическая ценность, ккал	90,10

В1, мг	0,05
С, мг	6,01
А, мг	0,15
Д, мкг	0,02
В2, мг	0,05

Са, мг	27,42
Mg, мг	18,04
Р, мг	53,75
Fe, мг	0,83
К, мг	344,31
l, мкг	3,97
F, мг	0,03
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

В кипящую воду закладывают шинкованную капусту, доводят до кипения, кладут картофель, нарезанный брусочками, а через 5-7 мин добавляют пассерованные овощи и припущенные огурцы. За 5-10 мин до готовности кладут соль.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 246

Наименование изделия: **РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ**

Номер рецептуры: **246**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ№1,1СОРТ	0,8	0,8
ФИЛЕ ТРЕСКИ МОРОЖЕНОЕ,КАТ.А		
с 01.01 по 31.12	65,64	56,45
с 01.01 по 31.12	65,64	56,45
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	19,2	19,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19,2	19,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ,1 КЛАСС	20,36	17,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ,ВЫСШИЙ СОРТ	3	3
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ,1КАТЕГОРИИ	0,23 шт.	10,58
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	1,6	1,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ,ВЫСШИЙ СОРТ	1	1
<b>Выход: 80</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	11,89
Жиры, г	5,96
Углеводы, г	11,95
Энергетическая ценность, ккал	149,00

В1, мг	0,07
С, мг	0,90
А, мг	0,03
Д, мкг	0,23
В2, мг	0,08

Са, мг	29,11
Mg, мг	20,77
Р, мг	136,97
Fe, мг	0,89
К, мг	259,74
І, мкг	78,84
F, мг	0,34
Se, мг	0,01

### Технология приготовления:

Филе рыбы нарезают на куски, пропускают через мясорубку вместе с замоченным в воде или молоке черствым батоном, добавляют соль, тщательно перемешивают и выбивают. Котлетную массу раскладывают на мокрую полотняную салфетку слоем 1,5-2 см, на середину вдоль слоя кладут фарш. Соединяют края массы так, чтобы один край котлетной массы прикрывал другой, образуя сплошной шов. Сформованный рулет перекладывают на смазанный маслом сливочным противень швом вниз. Поверхность рулета выравнивают, посыпают сухарями, сбрызгивают маслом, прокалывают ножом в 2-3 местах и запекают в жарочном шкафу при температуре 250-280° С до образования на поверхности румяной корочки в течение 20-30 мин и температуры внутри изделия не ниже 80° С.

Приготовление фарша. Лук репчатый шинкуют, пассеруют, добавляют рубленые вареные яйца, соль и перемешивают.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 228/к/к

Наименование изделия: **РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ, СОУС ПОЛЬСКИЙ**

Номер рецептуры: **228/к/к**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ФИЛЕ ТРЕСКИ МОРОЖЕНОЕ,КАТ.А		
с 01.01 по 31.12	87,91	75,6
с 01.01 по 31.12	87,91	75,6
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ,ВЫСШИЙ СОРТ		
с 01.01 по 31.08	3,2	2,4
с 01.09 по 31.12	3	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ,1 КЛАСС	2,9	2,4
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ№1,1СОРТ	1,2	1,2
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ СУХОЙ	0,01	0,01
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	2,5	2,5
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ,1КАТЕГОРИИ	0,12 шт.	5,52
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА ПИЩЕВАЯ	0,1	0,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2
<b>Выход: 60/30</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	12,62
Жиры, г	3,07
Углеводы, г	1,22
Энергетическая ценность, ккал	82,80

В1, мг	0,05
С, мг	0,45
А, мг	0,08
Д, мкг	0,16
В2, мг	0,05

Са, мг	24,86
Mg, мг	20,20
Р, мг	140,05
Fe, мг	0,50
К, мг	275,72
І, мкг	103,37
F, мг	0,42
Se, мг	0,02

### Технология приготовления:

Филе рыбы укладывают в один ряд в посуду, заливают горячей водой, уровень которой должен быть на 3-5 см выше поверхности рыбы, добавляют лук репчатый, морковь, лавровый лист, соль. Когда жидкость закипит, удаляют пену и варят рыбу до готовности без кипения при температуре 85-90° С в течение 5-7 мин, считая с момента закипания воды. Хранят отварную рыбу в горячем бульоне не более 30-40 мин.

Соус.

Яйца промывают сначала теплым 1-2 % раствором кальцинированной соды, а потом 0,5 % раствором хлорамина и ополаскивают. Яйца погружают в кипящую подсоленную воду (3 л воды и 40-50г соли на 10 яиц) и варят 8-10 минут. Пшеничную муку пассеруют и разводят бульоном до однородной гладкой массы. В соус вводят растопленное сливочное масло кладут мелко рубленные яйца, соль, лимонную кислоту и все перемешивают, доводят до кипения.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 50

Наименование изделия: **САЛАТ "СВЕКОЛКА"**

Номер рецептуры: **50**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СВЕКЛА СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ		
с 01.01 по 31.08	31,6	23,7
с 01.09 по 31.12	29,63	23,7
ФРУКТЫ СУШЕНЫЕ. АБРИКОСЫ СУШЕНЫЕ (КУРАГА ПОЛОВИНКИ)	1,5	2,4
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ), ВЫСШИЙ СОРТ	2,4	2,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	3	3
<b>Выход: 30</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,53
Жиры, г	3,04
Углеводы, г	4,83
Энергетическая ценность, ккал	48,93

В1, мг	0,00
С, мг	1,05
А, мг	0,02
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,01

Са, мг	13,65
Mg, мг	8,22
Р, мг	15,83
Fe, мг	0,45
К, мг	129,39
І, мкг	1,66
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Свеклу предварительно промывают, тщательно перебирают, повторно промывают в проточной воде и отваривают в кожуре, охлаждают, очищают и натирают на крупной терке. Изюм перебирают, тщательно промывают, заливают водой, доводят до кипения, воду сливают, изюм охлаждают. Курагу предварительно замачивают на 20-30 минут в горячей воде, промывают, ошпаривают и мелко нарезают.

Подготовленные продукты соединяют и перемешивают. Заправляют растительным маслом перед отпуском.

Салат можно готовить без кураги, увеличив соответственно массу нетто свеклы.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 137

Наименование изделия: **СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ**

Номер рецептуры: **137**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	2,2	2,2
СВЕКЛА СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ		
с 01.01 по 31.08	123,2	92,4
с 01.09 по 31.12	115,5	92,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	26,2	22
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ. СОРТ	1,8	1,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,7	16,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	3,7	3,7
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ №1, 1 СОРТ	0,1	0,1
<b>Выход: 110</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,93
Жиры, г	2,82
Углеводы, г	10,99
Энергетическая ценность, ккал	78,81

В1, мг	0,03
С, мг	4,58
А, мг	0,01
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,03

Са, мг	40,91
Mg, мг	21,74
Р, мг	50,53
Fe, мг	1,39
К, мг	310,90
І, мкг	7,49
F, мг	0,03
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Вареную свеклу очищают, нарезают соломкой или кубиками и прогревают с маслом сливочным, добавляют пассерованный лук, соус сметанный и тушат 10 мин при слабом нагреве.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 442

Наименование изделия: **СОК ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ**

Номер рецептуры: **442**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ПРОДУКЦИЯ СОКОВАЯ, СОКИ И НЕКТАРЫ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	150	150
<b>Выход: 150</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	0,75
Жиры, г	0,15
Углеводы, г	15,15
Энергетическая ценность, ккал	64,50

В1, мг	0,02
С, мг	3,00
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,02

Са, мг	10,50
Mg, мг	6,00
Р, мг	10,50
Fe, мг	2,10
К, мг	180,00
І, мкг	1,50
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Обработанные в соответствии с санитарными правилами пакеты вскрывают, сок разливают в стаканы.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ /Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 366

Наименование изделия: СОУС МОЛОЧНЫЙ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ)

Номер рецептуры: 366

Наименование сборника рецептур: Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования, издательство "Речь", 2008 г

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10	10
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	1,2	1,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10	10
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ№1,1СОРТ	0,2	0,2
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	0,2	0,2
<b>Выход: 20</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,42
Жиры, г	1,22
Углеводы, г	1,48
Энергетическая ценность, ккал	18,62

В1, мг	0,00
С, мг	0,05
А, мг	0,01
Д, мкг	0,02
В2, мг	0,01

Са, мг	11,60
Mg, мг	1,42
Р, мг	8,45
Fe, мг	0,03
К, мг	16,30
І, мкг	0,92
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Пасерованную на масле муку разводят горячим молоком с добавлением воды и варят 7-10 минут при слабом кипении. Затем кладут соль, сахар, процеживают и доводят до кипения.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 366

Наименование изделия: **СОУС МОЛОЧНЫЙ**

Номер рецептуры: **366**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	1,8	1,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ№1,1СОРТ	0,2	0,2
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	0,3	0,3
<b>Выход: 30</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,62
Жиры, г	1,84
Углеводы, г	2,22
Энергетическая ценность, ккал	27,91

В1, мг	0,01
С, мг	0,08
А, мг	0,01
Д, мкг	0,03
В2, мг	0,01

Са, мг	17,07
Mg, мг	2,12
Р, мг	12,61
Fe, мг	0,05
К, мг	24,45
І, мкг	1,38
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Пассерованную на масле муку разводят горячим молоком с добавлением воды и варят 7-10 мин при слабом кипении. Затем кладут соль, сахар, процеживают и доводят до кипения.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 95

Наименование изделия: **СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ**

Номер рецептуры: **95**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС	15	12
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ		
с 01.01 по 28.02	47,92	31,15
с 01.03 по 31.07	51,92	31,15
с 01.08 по 31.08	38,94	31,15
с 01.09 по 31.10	41,53	31,15
с 01.11 по 31.12	44,5	31,15
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ		
с 01.01 по 31.08	8,07	6,05
с 01.09 по 31.12	7,56	6,05
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	7,2	6
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый, ВЫСШИЙ СОРТ	7,2	4,8
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	3	3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ №1, 1 СОРТ	0,5	0,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10
<b>Выход: 150/10</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,39
Жиры, г	4,03
Углеводы, г	7,02
Энергетическая ценность, ккал	74,59

В1, мг	0,04
С, мг	5,21
А, мг	0,14
Д, мкг	0,05
В2, мг	0,03

Са, мг	27,20
Mg, мг	13,68
P, мг	34,02
Fe, мг	0,56
K, мг	238,22
I, мкг	3,30
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Мелко нашинкованную морковь и лук пассеруют на сливочном масле. В кипящую воду кладут нашинкованную белокочанную капусту, нарезанные дольки картофеля. За 10-15 мин до окончания варки супа добавляют пассерованные овощи, горошек зеленый, соль.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 92

Наименование изделия: **СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ**

Номер рецептуры: **92**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МЯСО ГОВЯДИНА Б/К(ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ)	26,67	24
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ№1,1 СОРТ	1	1
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ РАННИЙ	84,75	67,8
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ		
с 01.01 по 31.08	8	6
с 01.09 по 31.12	7,5	6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	7,14	6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,5	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108
<b>Выход: 150/15</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,82
Жиры, г	5,20
Углеводы, г	11,61
Энергетическая ценность, ккал	116,70

В1, мг	0,07
С, мг	5,78
А, мг	0,13
Д, мкг	0,02
В2, мг	0,07

Са, мг	20,19
Mg, мг	22,23
P, мг	78,50
Fe, мг	1,26
K, мг	486,48
I, мкг	5,60
F, мг	0,03
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Картофель и "овощи нарезают кубиками. В кипящую воду кладут картофель, доводят до кипения, добавляют пассерованные морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки кладут соль.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 99

Наименование изделия: **СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ**

Номер рецептуры: **99**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ РАННИЙ	37,5	30
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛН№1,1СОРТ	1	1
ГОРОХ ШЛИФОВАННЫЙ ЦЕЛЫЙ,1 СОРТ	10,05	10
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ,1 КЛАСС	5,95	5
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ,ВЫСШИЙ СОРТ		
с 01.01 по 31.08	6,67	5
с 01.09 по 31.12	6,25	5
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	1,5	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	16
<b>Выход: 150/10</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,12
Жиры, г	1,95
Углеводы, г	18,13
Энергетическая ценность, ккал	106,64

В1, мг	0,11
С, мг	2,70
А, мг	0,11
Д, мкг	0,02
В2, мг	0,04

Са, мг	24,98
Mg, мг	19,51
Р, мг	51,36
Fe, мг	1,17
К, мг	277,61
І, мкг	2,41
F, мг	0,01
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Картофель нарезают крупными кубиками. Морковь нарезают мелкими кубиками, лук мелко рубят и пассеруют. Подготовленную фасоль, горох, кладут в кипящую воду, доводят до кипения, добавляют картофель, пассерованные овощи и варят до готовности.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 92

Наименование изделия: **СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ С ГОВЯДИНОЙ**

Номер рецептуры: **92**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	9,6	9,6
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	0,9	0,9
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ,1КАТЕГОРИИ	0,05 шт.	2,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,4	14,4
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ№1,1СОРТ	0,5	0,5
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ РАННИЙ	62,5	50
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ,ВЫСШИЙ СОРТ		
с 01.01 по 31.08	8	6
с 01.09 по 31.12	7,5	6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ,1 КЛАСС	7,14	6
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	1,8	1,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ№1,1СОРТ	0,7	0,7
МЯСО ГОВЯДИНА Б/К(ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ)	17,78	16
<b>Выход: 150/10/30</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	5,32
Жиры, г	5,23
Углеводы, г	15,34
Энергетическая ценность, ккал	129,80

В1, мг	0,08
С, мг	4,36
А, мг	0,15
Д, мкг	0,09
В2, мг	0,05

Са, мг	22,00
Mg, мг	18,93
Р, мг	68,46
Fe, мг	1,06
К, мг	374,47
І, мкг	4,73
F, мг	0,03
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Картофель и "овощи нарезают кубиками. В кипящую воду кладут картофель, доводят до кипения, добавляют пассерованные морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки кладут соль.

Приготовление клецек: Яйца обрабатывают в соответствии с санитарными правилами,

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 100

Наименование изделия: **СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ**

Номер рецептуры: **100**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ ПОЗДНИЙ		
с 01.01 по 28.02	76,92	50
с 01.03 по 31.07	83,33	50
с 01.08 по 31.08	62,5	50
с 01.09 по 31.10	66,67	50
с 01.11 по 31.12	71,43	50
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ГРУППЫ А, ВЫСШ.СОРТ	6	6
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ,ВЫСШИЙ СОРТ		
с 01.01 по 31.08	8	6
с 01.09 по 31.12	7,5	6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ,1 КЛАСС	7,14	6
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	1,8	1,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	114	114
МЯСО ГОВЯДИНА Б/К(ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ)	26,67	24
<b>Выход: 150/15</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	6,11
Жиры, г	5,46
Углеводы, г	12,90
Энергетическая ценность, ккал	125,26

В1, мг	0,07
С, мг	4,36
А, мг	0,13
Д, мкг	0,03
В2, мг	0,06

Са, мг	16,60
Mg, мг	19,27
Р, мг	73,27
Fe, мг	1,18
К, мг	392,73
І, мкг	4,80
F, мг	0,01
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Овощи нарезают в соответствии с видом используемых макаронных изделий: картофель — брусочками или кубиками, соломкой или кубиками, лук шинкуют или мелко рубят. Морковь и лук пассеруют.

В кипящую воду кладут макароны и варят 10-15 мин, затем добавляют картофель и пассерованные овощи и варят суп до готовности. Добавляют соль.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 298

Наименование изделия: **СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ**

Номер рецептуры: **298**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МЯСО ГОВЯДИНА Б/К(ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ)	67,78	61
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1КАТЕГОРИИ	1/4 шт.	11,5
<b>СОУС МОЛОЧНЫЙ ГУСТОЙ №369</b>		<b>14</b>
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10,5	10,5
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,8	1,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ. СОРТ	1,8	1,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,1	2,1
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ №1, 1 СОРТ	0,1	0,1
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	1	1
<b>Выход: 55</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	12,40
Жиры, г	11,90
Углеводы, г	1,70
Энергетическая ценность, ккал	164,00

В1, мг	0,03
С, мг	0,00
А, мг	0,03
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	22,00
Mg, мг	15,00
Р, мг	136,00
Fe, мг	2,00
К, мг	0,00
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Отварное мясо дважды пропускают через мясорубку, в массу вводят желтки яиц, густой молочный соус, затем взбивают и вводят белки, взбитые в густую пену. Массу, слегка перемешивая снизу вверх, раскладывают в смазанную сливочным маслом емкость и варят на пару 25-30 мин.

Соус молочный густой №369

Пассерованную на масле муку разводят горячим молоком с добавлением воды и варят 7-10 мин при слабом кипении. Затем кладут соль, процеживают и доводят до кипения.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

**ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № к/к**

Наименование изделия: **СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ**

Номер рецептуры: **к/к**

Наименование сборника рецептов: **к/к**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,5	1,5
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ЗАМОРОЖЕННАЯ	85,48	79,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,5	4,5
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	39	39
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	13,45	11,3
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	1,5	1,5
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1КАТЕГОРИИ	0,17 шт.	7,82
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ№1, 1СОРТ	0,5	0,5
<b>Выход: 75</b>		

**Химический состав данного блюда:**

Белки, г	16,51
Жиры, г	7,41
Углеводы, г	5,83
Энергетическая ценность, ккал	173,32

В1, мг	0,20
С, мг	11,15
А, мг	5,01
Д, мкг	0,19
В2, мг	1,28

Са, мг	55,22
Mg, мг	18,74
Р, мг	249,77
Fe, мг	4,81
К, мг	313,66
І, мкг	10,49
F, мг	0,14
Se, мг	0,02

**Технология приготовления:**

Печень очистить от пленок и желчных протоков, промыть, нарезать ломтиками и тушить в небольшом количестве воды с добавлением масла сливочного 3-5 минут. Затем добавить в печень лук репчатый, соль и тушить еще 10-15 минут. Готовую массу остудить. Пропустить через мясорубку, соединить с молочным соусом, хорошо вымесить, добавить желтки яиц (яйца предварительно обрабатывают согласно СанПиН), растопленное сливочное масло. Белки взбить в густую пену и аккуратно ввести в готовую смесь. Полученную массу выложить на смазанный маслом противень слоем 3-4 см и запекать в духовом шкафу при температуре 220-230 град. 20-25 минут.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 162

Наименование изделия: **СУФЛЕ МОРКОВНО-ЯБЛОЧНОЕ (ПАРОВОЕ)**

Номер рецептуры: **162**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ, ВЫСШИЙ СОРТ		
с 01.01 по 31.08	74,67	56
с 01.09 по 31.12	70	56
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ РАННИХ СРОКОВ СОЗРЕВАНИЯ, 1 СОРТ	46	32
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18	18
КРУПА МАННАЯ, МАРКА М	7,9	7,9
ЯЙЦО КУРИНОЕ ПИЩЕВОЕ СТОЛОВОЕ, 1 КАТЕГОРИИ	0,25 шт.	11,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	3,1	3,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2	2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10
<b>Выход: 110</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	7,91
Жиры, г	7,81
Углеводы, г	14,10
Энергетическая ценность, ккал	158,06

В1, мг	0,07
С, мг	3,00
А, мг	1,13
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,00

Са, мг	91,04
Mg, мг	32,01
Р, мг	130,05
Fe, мг	2,00
К, мг	0,00
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Подготовленную морковь, нарезанную произвольно, припускают в небольшом количестве воды. За 10 мин до готовности добавляют очищенные нарезанные кусочками яблоки. Все перетирают, вводят молоко, манную крупу, соль. Доводят до кипения, проваривают до загустения, охлаждают до температуры 45-50° С и вводят яичный желток.

Белки взбивают в густую пену, соединяют с морковной массой, осторожно перемешивают, выкладывают в смазанную маслом форму и варят на пару 30-35 мин.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 14

Наименование изделия: **СЫР (ПОРЦИЯМИ)**

Номер рецептуры: **14**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ В АССОРТИМЕНТЕ	10,7	10
<b>Выход: 10</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,32
Жиры, г	2,95
Углеводы, г	0,00
Энергетическая ценность, ккал	36,40

В1, мг	0,00
С, мг	0,07
А, мг	0,03
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,03

Са, мг	88,00
Mg, мг	3,50
Р, мг	50,00
Fe, мг	0,10
К, мг	8,80
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Сыр нарезают ломтиками толщиной 3-4 мм.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ /Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 14

Наименование изделия: **СЫР (ПОРЦИЯМИ)**

Номер рецептуры: **14**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СЫРЫ ПОЛУТВЕРДЫЕ В АССОРТИМЕНТЕ	7,5	7
<b>Выход: 7</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	1,62
Жиры, г	2,07
Углеводы, г	0,00
Энергетическая ценность, ккал	25,48

В1, мг	0,00
С, мг	0,05
А, мг	0,02
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,02

Са, мг	61,60
Mg, мг	2,45
Р, мг	35,00
Fe, мг	0,07
К, мг	6,16
І, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Сыр нарезают ломтиками толщиной 3-4 мм.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 286

Наименование изделия: **ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ), СОУС МОЛОЧНЫЙ для запекания**

Номер рецептуры: **286**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
МЯСО ГОВЯДИНА Б/К(ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ)	46,67	42
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	8	8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	12	12
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ, 1 КЛАСС	24	20
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ ДЕЗОДОРИРОВАННОЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	1	1
<b>СОУС МОЛОЧНЫЙ</b>		<b>30</b>
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ, ВЫСШИЙ СОРТ	2,5	2,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ №1, 1 СОРТ	0,2	0,2
<b>Выход: 60/25</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	9,18
Жиры, г	10,16
Углеводы, г	8,34
Энергетическая ценность, ккал	161,53

В1, мг	0,06
С, мг	0,88
А, мг	0,01
Д, мкг	0,04
В2, мг	0,05

Са, мг	27,98
Mg, мг	13,25
Р, мг	91,95
Fe, мг	1,22
К, мг	205,33
І, мкг	5,02
F, мг	0,03
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Мясо измельчают на мясорубке (решетки с диаметром отверстий 5 и 9 мм). Затем соединяют с черствым батоном без корки из муки не ниже 1-го сорта, предварительно замоченным в молоке или воде, добавляют соль 1 г на порцию, перемешивают и вторично пропускают через мясорубку. В котлетную массу добавляют нашинкованный бланшированный, затем пассерованный репчатый лук, перемешивают, формируют в виде шариков по 2-3 шт. на порцию и варят на пару 20-25 мин. Готовые тефтели заливают горячим соусом и доводят до кипения.

Температура внутри готового изделия не ниже 85° С.

Соусы — молочный, сметанный.

Соус молочный

Пассерованную на масле муку разводят горячим молоком с добавлением воды и варят 7-10 мин при слабом кипении. Затем кладут соль, процеживают и доводят до кипения.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № К/К

Наименование изделия: **ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ**

Номер рецептуры: **К/К**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	35	35
<b>Выход: 35</b>		

### **Химический состав данного блюда:**

Белки, г	2,32
Жиры, г	0,31
Углеводы, г	14,84
Энергетическая ценность, ккал	71,39

В1, мг	0,06
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,03

Са, мг	6,30
Mg, мг	6,65
Р, мг	30,45
Fe, мг	1,40
К, мг	47,60
І, мкг	1,96
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### **Технология приготовления:**

Хлеб освобождают от упаковки, нарезают на порции.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40
<b>Выход: 40</b>		

### **Химический состав данного блюда:**

Белки, г	2,65
Жиры, г	0,35
Углеводы, г	16,96
Энергетическая ценность, ккал	81,58

В1, мг	0,07
С, мг	0,00
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,03

Са, мг	7,20
Mg, мг	7,60
Р, мг	34,80
Fe, мг	1,60
К, мг	54,40
І, мкг	2,24
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 430

Наименование изделия: **ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ**

Номер рецептуры: **430**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,7	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	75	75
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	10	10
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,67
Жиры, г	2,18
Углеводы, г	14,15
Энергетическая ценность, ккал	87,53

В1, мг	0,03
С, мг	0,50
А, мг	0,01
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,11

Са, мг	98,14
Mg, мг	13,53
P, мг	69,99
Fe, мг	0,58
K, мг	149,29
I, мкг	8,10
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

В стакан или чашку наливают заварку чая и доливают кипятком.

По второму варианту воду соединяют с сахаром и доводят до кипения. Чай-заварку наливают в стаканы или чашки и доливают кипятком с сахаром (вареньем, джемом, повидлом).

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 394

Наименование изделия: **ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ**

Номер рецептуры: **394**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,6	0,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	12,5	12,5
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,23
Жиры, г	1,82
Углеводы, г	15,84
Энергетическая ценность, ккал	89,12

В1, мг	0,02
С, мг	0,41
А, мг	0,01
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,09

Са, мг	81,43
Mg, мг	11,23
P, мг	58,45
Fe, мг	0,50
K, мг	124,91
I, мкг	6,75
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

В стакан или чашку наливают заварку чая и доливают кипятком.

По второму варианту воду соединяют с сахаром и доводят до кипения. Чай-заварку наливают в стаканы или чашки и доливают кипятком с сахаром (вареньем, джемом, повидлом).

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ /Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № к/к

Наименование изделия: **ЧАЙ С ЛИМОНОМ**

Номер рецептуры: **к/к**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,6	0,6
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	9,8	9,8
ЛИМОНЫ СВЕЖИЕ, ВЫСШИЙ СОРТ	8,33	5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	132	132
<b>Выход: 150/5</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,17
Жиры, г	0,01
Углеводы, г	9,88
Энергетическая ценность, ккал	41,03

В1, мг	0,00
С, мг	0,82
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,01

Са, мг	10,00
Mg, мг	4,11
P, мг	5,44
Fe, мг	0,49
K, мг	23,72
I, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

В стакан или чашку наливают заварку чая и доливают кипятком.

По второму варианту воду соединяют с сахаром и доводят до кипения. Чай-заварку наливают в стаканы или чашки и доливают кипятком с сахаром.

Чай также отпускается как прохладительный напиток. Чай процеживают, добавляют сахар и охлаждают до 8-10° С.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № к/к

Наименование изделия: **ЧАЙ С МОЛОКОМ**

Номер рецептуры: **к/к**

Наименование сборника рецептур: **О питании в таблицах. Г.Г. Снигур. "ГАЛА-Издательство. Москва. 2009**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	64,5	64,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,6	0,6
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	10	10
МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	2,23
Жиры, г	1,82
Углеводы, г	13,41
Энергетическая ценность, ккал	79,44

В1, мг	0,02
С, мг	0,41
А, мг	0,01
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,09

Са, мг	81,96
Mg, мг	11,37
Р, мг	58,45
Fe, мг	0,50
К, мг	124,87
І, мкг	6,75
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

В чайник насыпать чай и сахар., залить кипятком и настаивать в течение 5 минут. Процедить, добавить горячее молоко, остудить до температуры 40-45 град., после чего разлить по стаканам.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № к/к

Наименование изделия: **ЧАЙ С САХАРОМ**

Номер рецептуры: **к/к**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
САХАР БЕЛЫЙ КРИСТАЛЛИЧЕСКИЙ	9,8	9,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ	0,6	0,6
<b>Выход: 150</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	0,12
Жиры, г	0,00
Углеводы, г	9,73
Энергетическая ценность, ккал	39,38

В1, мг	0,00
С, мг	0,02
А, мг	0,00
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,01

Са, мг	2,85
Mg, мг	2,38
P, мг	4,45
Fe, мг	0,44
K, мг	15,17
I, мкг	0,00
F, мг	0,00
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

В стакан или чашку наливают заварку чая и доливают кипятком.

По второму варианту воду соединяют с сахаром и доводят до кипения. Чай-заварку наливают в стаканы или чашки и доливают кипятком с сахаром (вареньем, джемом, повидлом).

Чай также отпускается как прохладительный напиток. Чай процеживают, добавляют сахар и охлаждают до 8-10° С.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 88

Наименование изделия: **ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ , КУРОЙ И СМЕТАНОЙ**

Номер рецептуры: **88**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ№1,1СОРТ	1	1
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	13
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ КВАШЕНАЯ ШИНКОВАННАЯ	33,33	30
КАРТОФЕЛЬ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫЙ РАННИЙ	18,75	15
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ,ВЫСШИЙ СОРТ		
с 01.01 по 31.08	6,67	5
с 01.09 по 31.12	6,25	5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ,1 КЛАСС	5,95	5
ТОМАТНАЯ ПАСТА (ЭКСТРА)	0,6	0,6
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	1,5	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5
<b>Выход: 150/10/5</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	3,48
Жиры, г	4,07
Углеводы, г	4,28
Энергетическая ценность, ккал	70,78

В1, мг	0,04
С, мг	5,32
А, мг	0,13
Д, мкг	0,02
В2, мг	0,04

Са, мг	31,65
Mg, мг	13,62
Р, мг	41,61
Fe, мг	0,59
К, мг	236,01
І, мкг	3,07
F, мг	0,02
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

В кипящую воду кладут картофель, доводят до кипения и варят до полуготовности. Затем добавляют капусту, тушенную с томатной пастой, и варят с момента закипания 15-20 мин, добавляют пассерованные овощи и доводят до готовности. Щи можно приготовить и без томатной пасты.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) № 83

Наименование изделия: **ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ**

Номер рецептуры: **83**

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
СОЛЬ ПОВАРЕННАЯ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ ПОМОЛ№1,1СОРТ	1	1
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	19,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ СВЕЖАЯ, 1 КЛАСС	51,25	41
МОРКОВЬ СТОЛОВАЯ СВЕЖАЯ,ВЫСШИЙ СОРТ		
с 01.01 по 31.08	8	6
с 01.09 по 31.12	7,5	6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ СВЕЖИЙ,1 КЛАСС	7,14	6
ТОМАТНАЯ ПАСТА (ЭКСТРА)	0,5	0,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ХЛЕБОПЕКАРНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8
МАСЛО ,СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ 82,5% ЖИРНОСТИ,ВЫСШИЙ СОРТ	1,5	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5
<b>Выход: 150/15/5</b>		

### Химический состав данного блюда:

Белки, г	4,76
Жиры, г	5,06
Углеводы, г	4,25
Энергетическая ценность, ккал	84,37

В1, мг	0,02
С, мг	8,00
А, мг	0,15
Д, мкг	0,02
В2, мг	0,05

Са, мг	36,81
Mg, мг	13,77
Р, мг	47,52
Fe, мг	0,74
К, мг	157,08
І, мкг	3,02
F, мг	0,02
Se, мг	0,00

### Технология приготовления:

Капусту нарезают шашками; лук — дольками. В кипящую воду закладывают подготовленную свежую капусту, доводят до кипения, добавляют пассерованные морковь, лук и варят до готовности. За 5-10 мин до окончания варки в щи добавляют пассерованную томатную пасту, пассерованную муку, разведенную бульоном или водой, сметану.

Повар \_\_\_\_\_

/Деркунская И.А./

Утверждаю

Заведующий

/Богомолова Е.Н./

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА КУЛИНАРНОГО ИЗДЕЛИЯ (БЛЮДА) №

Наименование изделия: **ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ**

Номер рецептуры:

Наименование сборника рецептур: **Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.**

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов	
	1 порц.	
	брутто, г	нетто, г
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ РАННИХ СРОКОВ СОЗРЕВАНИЯ, 1 СОРТ	96,6	85
<b>Выход: 85</b>		

### ***Химический состав данного блюда:***

Белки, г	0,34
Жиры, г	0,34
Углеводы, г	8,33
Энергетическая ценность, ккал	39,95

В1, мг	0,03
С, мг	8,50
А, мг	0,01
Д, мкг	0,00
В2, мг	0,02

Са, мг	13,60
Mg, мг	6,80
Р, мг	9,35
Fe, мг	1,87
К, мг	236,30
І, мкг	1,70
F, мг	0,01
Se, мг	0,00

### ***Технология приготовления:***

Яблоки перебирают, промывают, удаляют семенное гнездо. Нарезают кусочком.

Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
/Деркунская И.А./